BAB IV
HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Analisis Deskriptif Karakteristik Psikologis Atlet Beladiri Pencak Silat dan Karate Indonesia di *Asian Games* 2018

Dalam bab hasil penelitian dan pembahasan ini disajikan mengenai hasil penelitian beserta interpretasinya. Penyajian hasil penelitian adalah berdasarkan analisis statistik deskriptif karakteristik keterampilan psikologis menggunakan bantuan *SPSS versi 25.0 for windows* dengan taraf signifikansi 5%.

a. Statistik Deskriptif Atlet Beladiri Pencak Silat Indonesia

Analisis data menggunakan bantuan SPSS versi 25.0 for Windows dengan taraf signifikansi 5%. Dilakukan analisis statistik deskriftif karakteristik psikologis atlet beladiri pencak silat Indonesia di *Asian Games* XVIII tahun 2018 didapatkan hasil dalam tabel sebagai berikut :

Tabel 10. Hasil Analisis Statistik Deskriptif Karakteristik Psikologis Atlet Beladiri Pencak Silat Indonesia *Asian Games* XVIIITahun 2018

Statistik	**Beladiri Pencak Silat**
N	22
Mean	159,0000
Median	157,5000
Mode	157,00
Std. Deviation	8,14745
Variance	66,381
Range	30,00
Minimum	143,00
Maximum	173,00
Sum	3498,00

Berdasarkan tabel hasil analisis statistik deskriptif psikologis Atlet Beladiri Pencak Silat Indonesia di *Asian Games* XVIII Tahun 2018 diperoleh hasil dengan jumlah sampel (N) 22 atlet, nilai mean sebesar 159,0000 median 157,5000, modus 157,00, standard. deviasi 8,14745, varriance 66,381, range 30,00, minimum 143,00, maksimum 173,00 dan total sebasar 3498,00.

b. Statistik Deskriptif Atlet Beladiri Karate Indonesia

Analisis data menggunakan bantuan SPSS versi 25.0 for Windows dengan taraf signifikansi 5%. Dilakukan analisis statistik deskriftif karakteristik psikologis atlet beladiri karate Indonesia di *Asian Games* XVIII tahun 2018 didapatkan hasil dalam tabel sebagai berikut :

Tabel 11. Hasil Analisis Statistik Deskriptif Karakteristik Psikologis Atlet Beladiri Karate Indonesia *Asian Games* XVIII Tahun 2018

Statistik	**Beladiri Pencak Silat**
N	12
Mean	148,5000
Median	147,5000
Mode	126,00
Std. Deviation	14,93927
Variance	223,182
Range	53,00
Minimum	126,00
Maximum	179,00
Sum	1782,00

Berdasarkan tabel hasil analisis statistik deskriptif psikologis Atlet Beladiri Karate Indonesia di *Asian Games* XVIII Tahun 2018 diperoleh hasil dengan jumlah sampel (N) 12 atlet, nilai mean sebesar 148,5000 median 147,5000, modus 126,00,

standard. deviasi 14,93927, varriance 223,182 range 53,00, minimum 126,00, maksimum 179,00 dan total sebasar 1782,00.

c. Analisis Statistik Deskriptif Keterampilan psikologis Atlet Beladiri Pencak Silat dan Karate Indonesia Berdasarkan Aspek

Dari analisis statistik deskriptif tersebut dihasilkan kriteria keterampilan psikologis masing-masing setiap aspek keterampilan psikologis atlet beladiri pencak silat dan karate Indonesia, yang terjun dalam gelaran Asian Games XVIII tahun 2018 di Indonesia. Pada keterampilan psikologis secara keseluruhan berdasarkan analisis statistik deskriptif didapatkan hasil pada Tabel 12 sebagai berikut :

Tabel 12. Kriteria Aspek Motivasi Atlet Beladiri Indonesia

Kategori	Rentang skor Aspek Motivasi	F	%
Sangat rendah	8 s.d. 14,40	0	0%
Rendah	di atas 14,40 s.d. 20,80	0	0%
Sedang	di atas 20,80 s.d. 27,20	0	0%
Tinggi	di atas 27,20 s.d. 33,59	0	0%
Sangat tinggi	di atas 33,59 s.d. 40	34	100%

Berdasarkan Tabel 12 dapat diketahui bahwa skor yang didapatkan pada kriteria keterampilan psikologis aspek motivasi pada beladiri Indonesia seluruhnya berada di kriteria sangat tinggi, yakni dengan jumlah 34 atlet dengan persentase sebesar 100%. Tidak ada skor yang masuk dalam kriteria tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah keterampilan psikologis aspek motivasi pemain sepakbola Indonesia. Berdasarkan tabel tersebut dapat disimpulkan bahwa keterampilan psikologis aspek motivasi pemain sepakbola Indonesia masuk dalam kategori tinggi.

Untuk lebih memudahkan dalam memahami hasil analisis deskriptif pada perolehan keterampilan psikologis aspek motivasi dibuatkan diagram batang pada Diagram 1 sebagai berikut.

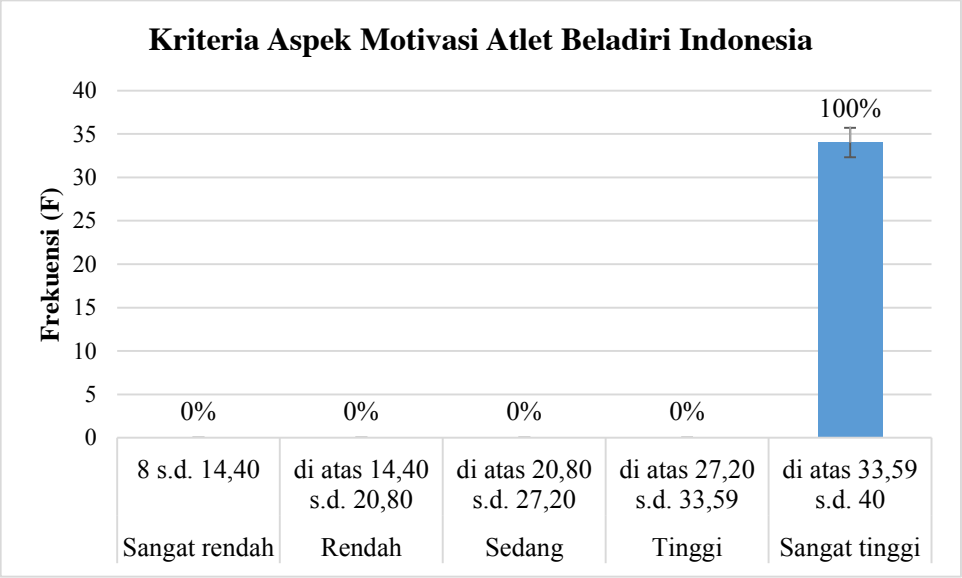

Diagram 1. Kriteria Keterampilan Psikologis Aspek Motivasi Atlet Beladiri Indonesia

Pada keterampilan psikologis aspek kepercayaan diri berdasarkan analisis statistik deskriptif didapatkan hasil pada Tabel 13 sebagai berikut.

Tabel 13. Kriteria Aspek Kepercayaan Diri Atlet Beladiri Indonesia

Kategori	Rentang skor Aspek Kepercayaan Diri	F	%
Sangat rendah	7 s.d. 12,59	0	0%
Rendah	di atas 12,59 s.d. 18,20	0	0%
Sedang	di atas 18,20 s.d. 23,80	5	15%
Tinggi	di atas 23,80 s.d. 29,41	18	53%
Sangat tinggi	di atas 29,41 s.d. 35	11	32%

Berdasarkan Tabel 13 dapat diketahui bahwa skor yang didapatkan pada kriteria keterampilan psikologis aspek kepercayaan diri pada atlet beladiri Indonesia yang berada pada kriteria sangat tinggi berjumlah 11 atlet (32%) pada kriteria tinggi

berjumlah 18 atlet (53%) pada kriteria sedang berjumlah 5 atlet (15%). Tidak ada skor yang masuk dalam kriteria rendah dan sangat rendah keterampilan psikologis aspek kepercayaan diri atlet beladiri Indonesia. Berdasarkan tabel tersebut dapat disimpulkan bahwa keterampilan psikologis aspek kepercayaan diri mayoritas masuk dalam kategori tinggi.

Untuk lebih memudahkan dalam memahami hasil analisis deskriptif pada perolehan keterampilan psikologis aspek kepercayaan diri maka dibuatkan diagram batang pada Diagram 2 sebagai berikut.

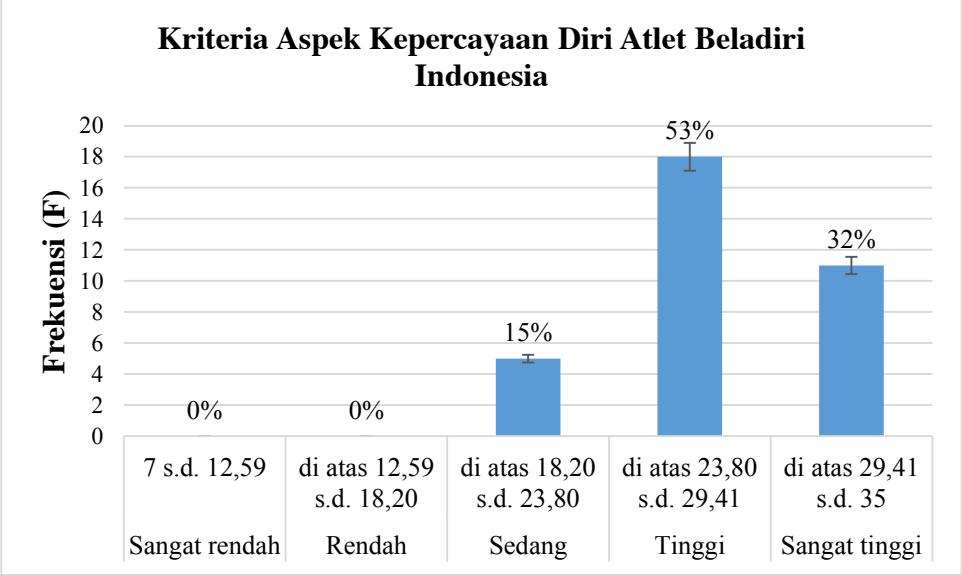

Diagram 2. Kriteria Keterampilan Psikologis Aspek Kepercayaan Diri Atlet Beladiri Indonesia

Pada keterampilan psikologis aspek kontrol kecemasan berdasarkan analisis statistik deskriptif didapatkan hasil pada Tabel 14 sebagai berikut.

Tabel 14. Kriteria Aspek Kontrol Kecemasan Atlet Beladiri Indonesia

Kategori	Rentang skor Aspek Kontrol Kecemasan	F	%
Sangat rendah	7 s.d. 12,59	1	3%
Rendah	di atas 12,59 s.d. 18,20	0	0%
Sedang	di atas 18,20 s.d. 23,80	13	39%
Tinggi	di atas 23,80 s.d. 29,41	18	53%
Sangat tinggi	di atas 29,41 s.d. 35	2	5%

Berdasarkan Tabel 14 dapat diketahui bahwa skor yang didapatkan pada kriteria keterampilan psikologis aspek kontrol kecemasan pada atlet beladiri Indonesia yang berada pada kriteria sangat tinggi berjumlah 2 atlet (5%) pada kriteria tinggi berjumlah 18 atlet (53%) pada kriteria sedang berjumlah 13 atlet (39%). Tidak ada skor yang masuk dalam kriteria rendah tidak ada dan sangat rendah berjumlah 1 atlet (3 %). Berdasarkan tabel tersebut dapat disimpulkan bahwa keterampilan psikologis aspek kontrol kecemasan mayoritas masuk dalam kategori tinggi.

Untuk lebih memudahkan dalam memahami hasil analisis deskriptif pada perolehan keterampilan psikologis aspek kontrol kecemasan yang dimiliki pemain Sepakbola Indonesia maka dibuatkan diagram batang pada Diagram 3 sebagai berikut.

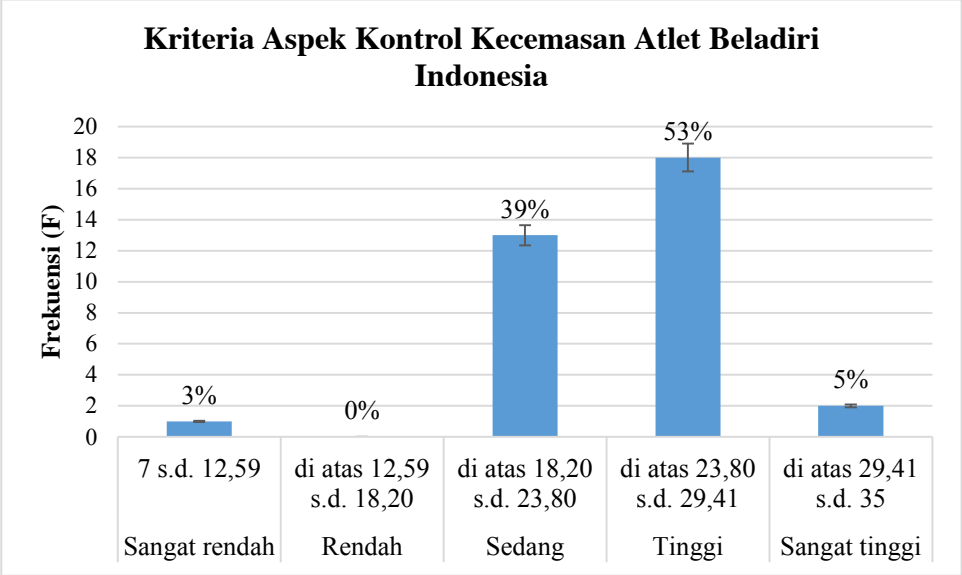

Diagram 3. Kriteria Keterampilan Psikologis Aspek Kcemasan Atlet Beladiri Indonesia

Pada keterampilan psikologis aspek persiapan mental berdasarkan analisis statistik deskriptif didapatkan hasil pada Tabel 15 sebagai berikut.

Tabel 15. Kriteria Aspek Persiapan Mental Atlet Beladiri Indonesia

Kategori	Rentang skor Aspek Persiapan Mental	F	%
Sangat rendah	6 s.d. 10,8	0	0%
Rendah	di atas 10,8 s.d. 15,6	0	0%
Sedang	di atas 15,6 s.d. 20,4	4	12%
Tinggi	di atas 20,4 s.d. 25,2	19	56%
Sangat tinggi	di atas 25,2 s.d. 30	11	32%

Berdasarkan Tabel 15 dapat diketahui bahwa skor yang didapatkan pada kriteria keterampilan psikologis aspek persiapan mental pada atlet beladiri Indonesia yang berada pada kriteria sangat tinggi berjumlah 11 atlet (32%) pada kriteria tinggi berjumlah 19 atlet (56%) pada kriteria sedang berjumlah 4 atlet (12%). Tidak ada skor yang masuk dalam kriteria rendah dan sangat rendah keterampilan psikologis aspek persiapan mental. Berdasarkan tabel tersebut dapat disimpulkan bahwa

keterampilan psikologis aspek persiapan mental mayoritas masuk dalam kategori tinggi.

Untuk lebih memudahkan dalam memahami hasil analisis deskriptif pada perolehan keterampilan psikologis aspek persiapan mental maka dibuatkan diagram batang pada Diagram 4 sebagai berikut.

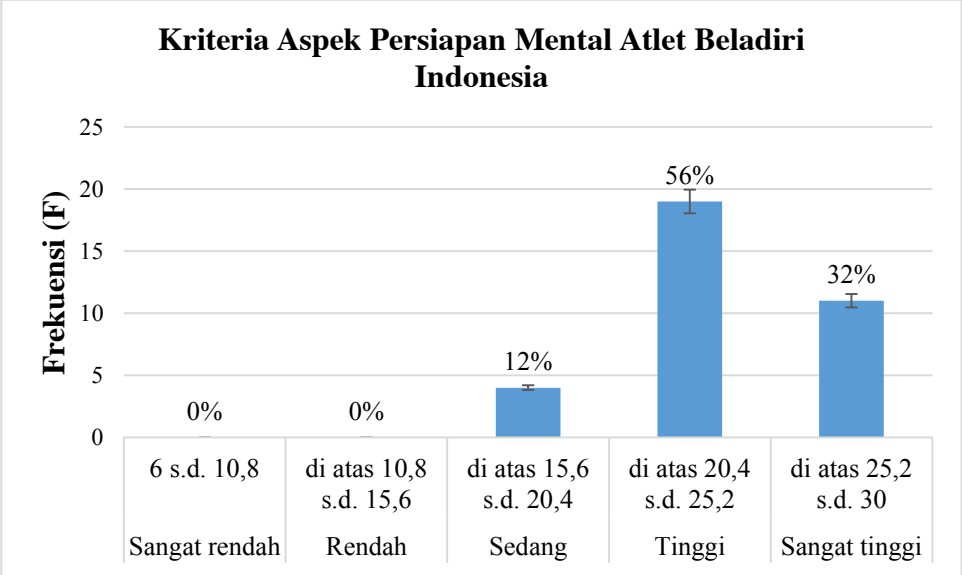

Diagram 4. Kriteria Keterampilan Psikologis Aspek Persiapan Mental Atlet Beladiri Indonesia

Pada keterampilan psikologis aspek mementingkan tim berdasarkan analisis statistik deskriptif didapatkan hasil pada Tabel 16 sebagai berikut.

Tabel 16. Kriteria Aspek Mementingkan Tim Atlet Beladiri Indonesia

Kategori	Rentang skor Aspek Mementingkan Tim	F	%
Sangat rendah	4 s.d. 7,19	0	0%
Rendah	di atas 7,19 s.d. 10,40	12	35%
Sedang	di atas 10,40 s.d. 13,60	11	32%
Tinggi	di atas 13,60 s.d. 16,81	8	23%
Sangat tinggi	di atas 16,81 s.d. 20	3	10%

Berdasarkan Tabel 16 dapat diketahui bahwa skor yang didapatkan pada kriteria keterampilan psikologis aspek mementingkan tim pada atlet beladiri Indonesia yang berada pada kriteria sangat tinggi berjumlah 3 atlet (10%) pada kriteria tinggi berjumlah 8 (23%) pada kriteria sedang berjumlah 11 atlet (32%) pada kriteria rendah berjumlah 12 atlet (35%). Tidak ada skor yang masuk dalam kriteria sangat rendah keterampilan psikologis aspek mementingkan tim. Berdasarkan tabel tersebut dapat disimpulkan bahwa keterampilan psikologis aspek mementingkan tim mayoritas masuk dalam kategori tinggi.

Untuk lebih memudahkan dalam memahami hasil analisis deskriptif pada perolehan keterampilan psikologis aspek mementingkan tim maka dibuatkan diagram batang pada Diagram 5 sebagai berikut.

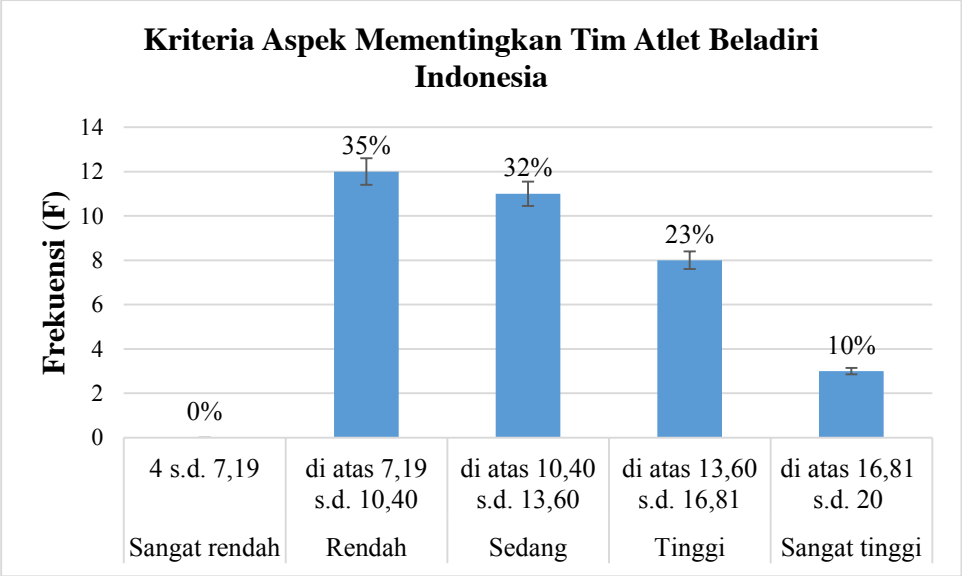

Diagram 5. Kriteria Keterampilan Psikologis Aspek Mementingkan Tim Atlet Beladiri Indonesia

Pada keterampilan psikologis aspek konsentrasi berdasarkan analisis statistik deskriptif didapatkan hasil pada Tabel 17 sebagai berikut.

Tabel 17. Kriteria Aspek Konsentrasi Pemain Sepakbola Indonesia

Kategori	Rentang skor Aspek Konsentrasi	F	%
Sangat rendah	6 s.d. 10,8	0	0%
Rendah	di atas 10,8 s.d. 15,6	1	3%
Sedang	di atas 15,6 s.d. 20,4	11	32%
Tinggi	di atas 20,4 s.d. 25,2	17	50%
Sangat tinggi	di atas 25,2 s.d. 30	5	15%

Berdasarkan Tabel 17 dapat diketahui bahwa skor yang didapatkan pada kriteria keterampilan psikologis aspek konsentrasi pada atlet beladiri Indonesia yang berada pada kriteria sangat tinggi berjumlah 5 atlet (15%) pada kriteria tinggi berjumlah 17 atlet (50%) pada kriteria sedang berjumlah 11 atlet (32%) pada kriteria rendah berjumlah 1 atlet (3%). Tidak ada skor yang masuk dalam kriteria sangat rendah keterampilan psikologis aspek konsentrasi. Berdasarkan tabel tersebut dapat disimpulkan bahwa keterampilan psikologis aspek konsentrasi mayoritas masuk dalam kategori tinggi.

Untuk lebih memudahkan dalam memahami hasil analisis deskriptif pada perolehan keterampilan psikologis aspek konsentrasi maka dibuatkan diagram batang pada Diagram 6 sebagai berikut.

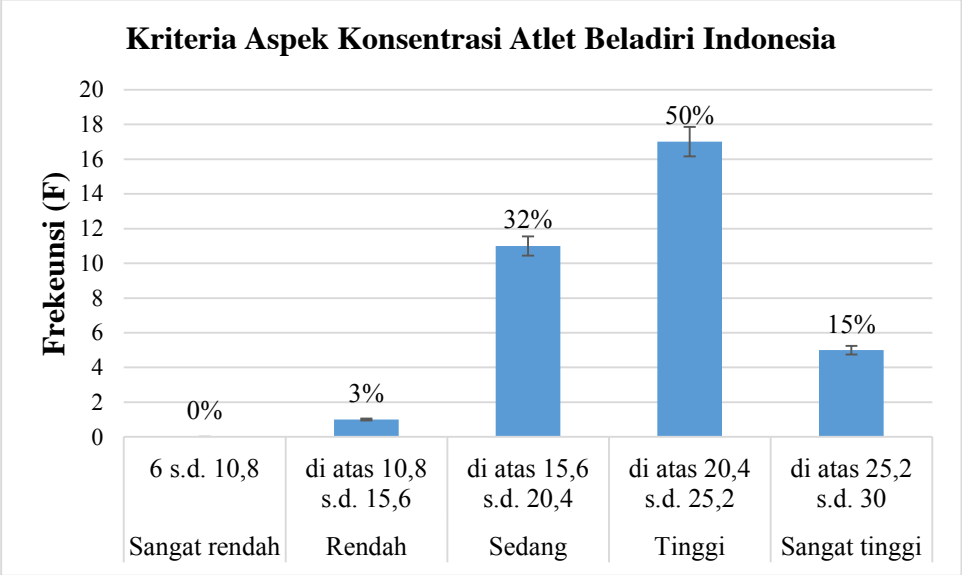

Diagram 6. Kriteria Keterampilan Psikologis Aspek Konsentrasi Atlet Beladiri Indonesia

Berdasarkan hasil analisis statistik dapat disimpilkan bahwa secara keseluruhan keterampilan psikologis atlet beladiri Indonesia yang terjun di *Asian Games* XVIII 2018, jika dikaitkan dengan penentuan kriteria maka keterampilan psikologis atlet beladiri Indonesia masuk ke dalam kategori tinggi. Selanjutnya dari masing-masing setiap aspek keterampilan psikologis, berdasarkan hasil analisis statistik dihasilkan bahwa keterampilan psikologis atlet beladiri Indonesia aspek motivasi masuk dalam kategori tinggi, keterampilan psikologis aspek kepercayaan diri masuk dalam kategori tinggi, keterampilan psikologis aspek kontrol kecemasan masuk dalam kategori tinggi, keterampilan psikologis aspek persiapan mental masuk dalam kategori tinggi, keterampilan psikologis aspek mementingkan tim masuk dalam kategori tinggi, dan keterampilan psikologis aspek konsentrasi masuk dalam kategori tinggi.

1. Uji Prasyarat Analisis

Syarat untuk menguji hipotesis adalah melakukan uji prasyarat analisis. Pada penelitian ini uji prasyarat analisis yang akan di hitung adalah uji normalitas dan uji homogenitas varians. Pengujian dilakukan sebagai berikut :

a. Uji Normalitas

Pengujian normalitas distribusi populasi dilakukan untuk mengetahui normal atau tidaknya distribusi data, Uji normalitas data dilakukan untuk mengetahui sebaran data yang diperoleh apakah data normal atau tidak. Uji normalitas data dengan menggunakan One Sample Kolmogorov Smirnov Test, dengan menggunakan kriteria;

1) Jika nilai sig. < 0,05, maka Ho ditolak. Sehingga data tersebut berasal dari populasi yang berdistribusi tidak normal.
2) Jika nilai sig. > 0,05, maka Ho diterima. Sehingga data tersebut berasal dari populasi yang berdistrbusi normal.

Hasil analisis uji normalitas data atlet pencak silat dan karate Indonesia di *Asian Games* XVIII tahun 2018 dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tebel 18. Hasil Uji Normalitas
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		PencakSilat	Karate
N		22	12
Normal Parameters[a,b]	Mean	159,0000	148,5000
	Std. Deviation	8,14745	14,93927
Most Extreme Differences	Absolute	,097	,127
	Positive	,097	,127
	Negative	-,093	-,067
Test Statistic		,097	,127
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200[c,d]	,200[c,d]

Berdasarkar pada hasil uji normalitas data atlet beladiri pencak silat Indonesia di *Asian Games* XVIII tahun 2018 diperoleh hasil dengan nilai mean sebesar 159,0000, standar deviasi sebesar 8,14745, nilai absolut 0,097, nilai posistif sebesar 0,097, nilai negatif sebesar -0,093, dan *Asymp*. *Sig*. (2-*tailed*) sebesar 0,200. Sedangkan hasil analisis data untuk cabang olahraga beladiri karate yaitu nilai mean sebesar 148,5000, standar deviasi sebesar 14,93927, nilai absolut 0,127, nilai posistif sebesar 0,127, nilai negatif sebesar -0,67, dan *Asymp*. *Sig*. (2-*tailed*) sebesar 0,200. Berdasarkan hasil output SPSS diperoleh *Asymp*. *Sig*. (2-*tailed*) sebesar 0,200, dimana 0,200 > 0,05 (P > 0,05), maka Ho diterima, sehingga pada cabang olahraga beladiri pencak silat dan karate berasal dari populasi yang berdistribusi normal.

b. Uji Homogenitas Varians

Uji homogenitas merupakan pengujian yang digunakan untuk mengetahui apakah data mempunyai varians yang homogen karena uji beda (Uji t) mensyaratkan data harus memiliki varians yang homogen. Uji homogenitas varians dalam penelitian ini yaitu menggunakan uji Levene's dengan kriteria:

1) Jika nilai sig. < 0,05, maka Ho ditolak. Sehingga data memiliki varians yang tidak homogen.
2) Jika nilai sig. > 0,05, maka Ho diterima. Sehingga data memiliki varians yang homogen.

Berdasarkan hasil analisis uji homogenitas data atlet pencak silat dan karate Indonesia di *Asian Games* XVIII tahun 2018 dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 19. Hasil Uji Homogenitas Levene's Test

Test of Homogeneity of Variances					
		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
VAR00001	Based on Mean	3,885	1	32	,057

Berdasarkan tabel pengujian di atas, dapat diketahui bahwa nilai Sig. Levene's Test for Equality of Variances = 0,057 > 0,05, yang dapat disimpulkan bahwa Ha diterima **maka data tersebut memiliki varians yang homogen**.

B. Uji Hipotesis

1. Pengujian Hipotesis I

Hipotesis I dalam penelitian ini yaitu mengidentifikasi ada atau tidaknya perbedaan karakteristik keterampilan psikologis atlet cabang olahraga beladiri karate dan pencak silat Indonesia di *Asian Games* XVIII tahun 2018. Untuk mengetahui ada atau tidaknya perbedaan karakteristik psikologis atlet antara cabang olahraga pencak silat dan cabang olahraga karate Indonesia yang bertanding di *Asian Games* XVIII tahun 2018, maka dilakukan Uji hipotesis dengan menggunakan uji **uji t** yakni **independent sample T Test.**

Hipotesis :

- Ho : Tidak ada perbedaan signifikan karakteristik keterampilan psikologis atlet beladiri pencak silat dengan atlet karate di *Asian Games* Tahun 2018
- Ha : Ada perbedaan yang signifikan karakteristik psikologis atlet beladiri pencak silat dengan atlet karate di *Asian Games* Tahun 2018

Kriteria:

- Jika nilai signifikansi > 0,05, maka Ho diterima, sehingga tidak ada perbedaan yang signifikan karakteristik psikologis atlet beladiri pencak silat dengan atlet karate di *Asian Games* Tahun 2018
- Jika nilai signifikansi < 0,05, maka Ho ditolak, sehingga ada perbedaan yang signifikan karakteristik psikologis atlet beladiri pencak silat dengan atlet karate di *Asian Games* Tahun 2018.

Berdasarkan hasil output SPSS perbedaan karakteristik psikologis atlet beladiri pencak silat dengan atlet karate di *Asian Games* Tahun 2018 menggunakan analisis varians dengan independent sample t- Test diperoleh hasil pada tabel sebagai berikut:

Tabel 25. Hasil Analisis independent sample T Test karakteristik psikologis atlet beladiri pencak silat dengan karate

Group Statistics					
	VAR00002	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
VAR00001	Pencak Silat	22	159,00	8,147	1,737
	Karate	12	148,50	14,939	4,313

		F	Sig	t	df	α	Mean	Std. Error Difference
VAR00001	Equal variances assumed	3,885	,057	2,668	32	,012	10,500	3,936
	Equal variances not assumed			2,258	14,657	,040	10,500	4,649

Berdasarkan hasil analisis pada tabel diatas, dapat diketahui bahwa nilai $t_{hitung} = 2{,}668$ dengan $\alpha = 0{,}012$ ($p < 0{,}05$), **maka Ho ditolak.** Jadi, dapat disimpulkan bahwa pada taraf signifikansi 0,05 **ada perbedaan** karakteristik psikologis atlet pencak silat dengan atlet karate Indonesia di *Asian Games* XVIII tahun 2018. Dalam hipotesis ini sudah terbukti bahwa terdapat perbedaan mengenai karakteristik psikologis atlet pencak silat dengan atlet karate Indonesia di *Asian Games* XVIII tahun 2018. Berbedaan karakteristik kedua cabang olahraga yaitu hasil skor rata-rata yang diperoleh cabang olahraga karate lebih baik dibandingkan cabang olahraga pencak silat. Hasil tersebut yaitu karate dengan jumlah skor 148,50 sedangkan pencak silat memperoleh skor 147,50. Perbedaan yang signifikan terlihat pada aspek persiapan mental, dengan hasil skor rata-rata 25,00 pada karate dan 23,4 untuk pencak silat.

2. Pengujian Hipotesis II

Hipotesis II dalam penelitian ini yaitu mengidentifikasi ada tidaknya perbedaan karakteristik psikologis atlet pencak silat dengan atlet karate Indonesia di *Asian Games* XVIII tahun 2018 yang ditinjau berdasarkan jenis kelamin. Untuk mengetahui ada atau tidaknya perbedaan karakteristik psikologis atlet antara cabang olahraga beladiri pencak silat dengan cabang olahraga beladiri karate yang ditinjau berdasarkan gender maka dilakukan uji beda dengan menggunakan uji t yakni *independent sample t- Test*.

Hipotesis:

- Ho: Tidak ada perbedaan yang signifikan antara karakteristik psikologis atlet pencak silat dengan atlet karate Indonesia.
- Ha: Ada perbedaan yang signifikan antara karakteristik psikologis atlet pencak silat dengan atlet karate Indonesia.

Kriteria:

- Jika nilai signifikansi > 0,05, maka Ho diterima, sehingga Tidak ada perbedaan yang signifikan antara karakteristik psikologis atlet pencak silat dengan atlet karate Indonesia di *Asian Games* XVIII tahun 2018..
- Jika nilai signifikansi < 0,05, maka Ho ditolak, sehingga ada perbedaan yang signifikan antara karakteristik psikologis atlet pencak silat dengan atlet karate Indonesia di *Asian Games* XVIII tahun 2018..

Hasil output SPSS perbedaan karakteristik psikologis atlet beladiri pencak silat dan karate putra dengan pencak silat dan karate putri Indonesia di *Asian Games* XVIII Tahun 2018 menggunakan uji t diperoleh nilai pada tabel sebagai berikut:

Tabel 26. Hasil Uji T Test Atlet Cabang Olahraga Beladiri Pencak Silat Putra dengan pencak silat putri

Independent Samples Test								
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference
Pencak silat putra dengan putri	Equal variances assumed	13,934	,001	2,910	20	,009	25,556	8,783
	Equal variances not assumed			3,416	14,857	,004	25,556	7,481

Tabel 27. Hasil Uji T Test Atlet Cabang Olahraga Beladiri Karate Putra Dengan Beladiri Karate Putri

Independent Samples Test								
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference
Karate putra dengan karate putri	Equal variances assumed	,819	,387	2,824	10	,018	25,167	8,912
	Equal variances not assumed			2,824	9,479	,019	25,167	8,912

Berdasarkan hasil analisis pada tabel diatas, tentang uji hipotesis karakteristik psikologis atlet beladiri pencak silat putra dengan putri dapat diketahui bahwa nilai t_{hitung} = 2,910 dengan α = 0,009 (p<0,05). Sedangkan analisis uji hipotesis atlet beladiri karate putra dengan karate putri diperoleh hasil nilai t_{hitung} = 2,824 dengan α = 0,018 (p<0,05). Hasil analisis ini diperoleh p < 0,05, **maka Ho ditolak.** Jadi, dapat disimpulkan bahwa pada taraf signifikansi 0,05 **ada perbedaan** karakteristik psikologis atlet pencak silat putra dengan putri dan atlet karate putra dengan putri di *Asian Games* XVIII tahun 2018 yang ditinjau dari jenis kelamin. Dalam hipotesis ini sudah terbukti bahwa terdapat perbedaan mengenai karakteristik psikologis atlet pencak silat dengan atlet karate Indonesia di *Asian Games* XVIII tahun 2018 yang ditinjau dari jenis kelamin.

C. PEMBAHASAN

Dari hasil analisis data diperoleh karakteristik psikologis atlet cabang olahraga beladiri pencak silat dan karate di *Asian Games* XVIII Tahun 2018. Hasil dari analisis data yang diperoleh tersebut akan dilakukan pembahasan lebih lanjut untuk menginterpretasikanya dengan teori yang ada. Pembahasan terkait hasil

analisis data ini berfungsi untuk menyesuaikan hasil penelitian dengan teori yang terkait dalam teori yang mendasari penelitian ini. Berikut adalah pembahasan lebih rinci hasil penelitian.

1. Karakteristisk Psikologis Atlet Beladiri Pencak Silat dan Karate Indonesia di *Asian Games* XVIII Tahun 2018

Berdasarkan hasil analisis data atlet olahraga beladiri pencak silat dan karate Indonesia, diperoleh nilai rerata sebesar 155,29. Nilai rerata yang diperoleh tersebut disesuaikan dengan tabel kategori yang menyatakan bahwa karakteristik psikologis atlet olahraga beladiri pencak silat yang terdiri atas aspek motivasi, percaya diri, kontrol kecemasan, persiapan mental, pentingnya tim dan konsentrasi termasuk dalam kategori **tinggi**.

Perkembangan olahraga seni beladiri dalam beberapa tahun terakhir semakin populer dan berkembang dibeberapa negara termasuk di Indonesia (Dosil, 2006). Pendapat tersebut membuktikan bahwa minat meengikuti olahraga beladiri adalah besar. Besarnya minat tersebut menjadikan salah satu aspek psikologis dalam olaharag beladiripun juga tinggi. Beberapa faktor psikologis menjadi penting dalam karakteristik olahraga beladiri, hal tersebut dikarenakan karakteristik atau sifat yang ada dalam atlet dapat memperngaruhi perilakunya (Riyadiningsih, 2012).

Selain karakteristik psikologis yang mempengaruhi seorang atlet beladiri, faktor lingkungan dan faktor diri sendiri juga menjadi beberapa faktor yang sering mengganggu seorang atlet untuk menampilkan penampilan yang maksimal. Untuk mengantisipasi terjadi sesuatu yang tidak diinginkan seperti turunnya konsentrasi, kurangnya kontrol kecemasan, hilangnya motivasi bertanding dan kurangnya

kekompakan tim maka perlu adanya persiapan mental yang baik sehingga seorang atlet beladiri dapat menampilkan penampilan yang maksimal diatas matras atau ditempat pertandingan.

Konsistensi setiap atlet beladiri dalam menampilkan penampilannya saat bertanding sangat dibutuhkan agar dapat menampilkan yang maksimal disetiap pertandingan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sari & Ismalasari (2017) terhadap atlet beladiri karate menunjukan bahwa tingkat kecemasannya cenderung mengalami peningkatan 37% sebelum bertanding kesudah bertanding dan tingkat kecemasan sesudah bertanding cenderung menurun 14% di banding sebelum bertanding. Hasil penelitian tersebut dapat menjadi dasar dari penelitian sebelumnya bahwa menjaga kontrol kecemasan, persiapan mental dan aspek psikologis lainnya sangatlah penting. Konsep seperti persiapan mental, konsentrasi, antisipasi, ketenangan, pengendalian emosi, pengendalian diri, kepercayaan dan daya saing merupakan inti dari bentuk pertarungan olahraga beladiri (Dosil, 2006).

Aspek psikologis mengenai karakteristik seseorang untuk menunjukkan pola pikir, perasaan dan penampilan dalam tipe keadaan tertentu, misalnya, sebelum kompetisi atau dalam kondisi tertentu yang terjadi selama kompetisi (Anshel, 2003). Aspek psikologis yang lain yang harus dijaga yaitu aspek psikologis kepercayaan diri. Cox (2002) menegaskan bahwa kepercayaan diri secara umum merupakan bagian penting dari karakteristik kepribadian seseorang yang dapat memfasilitasi kehidupan seseorang. Senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Chung & Lee (1994) bahwa karakteristik psikologis pada kompetitor atlet beladiri yang sukses termasuk tingkat motivasi diri yang tinggi, kesadaran diri, kontrol diri

yang tinggi, semua aspek yang sangat diperlukan untuk memenuhi tuntutan fisik dan mental yang tinggi dari beladiri.

Berdasarkan kajian literatur diatas dan hasil penelitian sebelumnya dapat disimpulkan bahwa terdapat kesesuaian antara teri psikologis atlet beladiri dengan hasil penelitian. Secara umum dari berbagai hasil penelitian dan teori di atas menunjukkan berbagai aspek-aspek psikologis yang potensial dan berpengaruh terhadap cabang olahraga beladiri, termasuk aspek psikologis dalam penelitian ini yaitu, motivasi, percaya diri, kontrol kecemasan, persiapan mental, pentingnya tim dan konsentrasi. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa atlet beladiri pencak silat dan karate Indonesia yang bertanding di *Asian Games* XVIII tahun 2018 merupakan atlet-atlet yang mendapatkan prestasi minimal ditingkat nasional, hal tersebut dikarenakan atlet tersebut memiliki karakteristik psikologis kategori tinggi. Karakteristik psikologis atlet olahraga beladiri pencak silat dan karate Indonesia yang bertanding di *Asian Games* XVIII tahun 2018 ditinjau dari setiap aspek dapat dijelaskan sebagai berikut:

a. Aspek Motivasi Atlet Beladiri Pencak Silat dan Karate Indonesia

Berdasarkan hasil analisis data nilai rerata yang diperoleh pada aspek motivasi sebesar 36,7. Nilai rerata tersebut setelah disesuaikan dengan tabel kriteria, aspek motivasi berada pada kategori sangat tinggi, sehingga dapat disimpulkan bahwa kategori aspek motivasi Atlet Beladiri Pencak Silat dan Karate Indonesia di *Asian Games* XVIII tahun 2018 adalah sangat tinggi.

Motivasi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi seorang atlet melakukan aktivitas. Menurut Setyobroto dalam Apta (2014:23) motivasi

merupakan sebuah proses aktualisasi dari sumber penggerak dan pendorong perbuatan manusia. Pendapat tersebut menjelaskan bahwa motivasi menjadi faktor pendorong seorang atlet untuk siap melakukan dan mengaplikasikasi materi yang diterimanya pada saat latihan dan menampilkan yang terbaik pada saat kompetisi. Hasil penelitian yang dilakukan Kasim, (2013) tentang menguji pengaruh faktor dan motivasi keterlibatan atlet dalam olahraga menunjukkan bahwa faktor motivasi berpengaruh terhadap keterlibatan kinerja atlet. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa, faktor seperti kepuasan dan motivasi atlet memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kinerja atlet (Gillet, dkk., 2010; Vallerand, Amoura & Baldes, 2010; Lorimer, 2011). Hasil penelitian ini sesuai dengan teori tersebut bahwa untuk mendapatkan prestasi serta penampilan yang maksimal maka atlet olahraga beladiri pencak silat dan karate Indonesia di *Asian Games* XVIII tahun 2018 harus mempunyai motivasi yang tinggi.

Karakteristik pribadi lain pada kompetitor atlet beladiri yang sukses termasuk tingkat motivasi diri yang tinggi, kesadaran diri, kontrol diri yang tinggi, semua aspek yang sangat diperlukan untuk memenuhi tuntutan fisik dan mental yang tinggi dari beladiri (Chung & Lee 1994). Gillet dkk, (2010) membutuhkan pengaruh positif dari motivasi intrinsik pada kinerja atlet. Motivasi intrinsik adalah komponen psikologis penting dari kompetitor beladiri yang sukses (Dosil, 2006). Menurut Singgih Gunarsa (1999), kalau atlet tidak mempunyai motivasi, strategi apapun yang diterapkan dalam pelatihan, tidak akan menolong atlet meningkatkan kemampuannya.

Menurut Loehr dalam komarudin (2015) bahwa terkait dengan proses

pelatihan, atlet harus memiliki motivasi diri yang merupakan sumber yang sangat kuat untuk membentuk energi positif. Tanpa motivasi penampilan atlet akan menurun. Motivasi diri mengacu pada dorongan terhadap diri sendiri untuk mau menjalani segala proses latihan serta berusaha dengan maksimal selama proses latihan tersebut berlangsung. Atlet harus menunjukkan dedikasi yang tinggi terhadap latihan dan persiapan mental mereka. Salah satu aspek yang mempengaruhi munculnya motivasi yaitu dalam diri atlet sendiri (Gunarsa,2004). Motivasi diri, bagaimanapun, merupakan sebuah dorongan yang selalu mencakup kemauan yang diri sendiri untuk bertahan pada pemikiran, emosi dan tindakan selama proses latihan berlangsung tanpa adanya kendala eksternal.

Berdasarkan kajian literatur di atas disimpulkan bahwa terdapat kesesuaian antara hasil penelitian dengan teori. Motivasi merupakan salah satu aspek penting dalam olahraga beladiri. Atlet beladiri yang memiliki tingkat motivasi yang tinggi memiliki kemauan untuk menjalani proses latihan sesuai yang ditentukan serta memiliki kemauan untuk berusaha secara maksimal dalam pertandingan maka atlet tersebut dapat tetap bertahan dan mampu meningkatkan kemampuannya. Hal ini terbukti dari hasil penelitian ini yang menunjukan atlet olahraga beladiri pencak silat dan karate Indonesia di *Asian Games* XVIII tahun 2018 memiliki karakteristik aspek psikologis motivasi dalam kategori sangat tinggi.

b. Aspek Percaya Diri Atlet Beladiri Pencak Silat dan Karate Indonesia

Berdasarkan hasil analisis data nilai rerata yang diperoleh pada aspek percaya diri sebesar 27,1. Nilai rerata tersebut setelah disesuaikan dengan tabel kriteria, aspek percaya diri berada pada kategori tinggi, sehingga dapat disimpulkan bahwa

kategori aspek percaya diri atlet beladiri Indonesia di *Asian Games* XVIII tahun 2018 adalah tinggi. Kepercayaan diri menjadi penting ketika seorang atlet memiliki tujuan mncapai puncak prestasi. Komarudin (2013) yang menjelaskan bahwa atlet yang memiliki kepercayaan diri selalu berpikir positif untuk menampilankan sesuatu yang terbaik dan memungkinkan timbul keyakinan pada dirinya bahwa dirinya mampu melakukannya sehingga penampilannya tetap baik. Kepercayaan diri sangat penting dalam cabang olahraga beladiri karena membuat keyakinan untuk berhasil yang mengubah penilaian negatif menjadi positif.

Hasil penelitian yang dilakukan Rachmawati, dkk (2014) terkait hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi pertandingan pada atlet karate UKM INKAI UNS menunjukkan bahwa hasil yang diperoleh atlet karate memiliki tingkat kepercayaan yang tinggi. Hasil penelitian lainnya terkait kondisi mental yang dilakukan oleh Jones dkk (2006), melakukan pendekatan kualitatif dengan mewawancarai 10 atlet beladiri berprestasi tingkat internasional menemukan bahwa "Secara umum, atlet yang sukses mengatasi lebih baik daripada lawan dengan banyak bertekat bahwa olahraga ditempatkan pada pemain, dan secara khusus, atlet yang berprestasi lebih konsisten dan lebih baik dari pada lawan yang tersisa hanya ditentukan pada, fokus, kepercayaan diri dan kontrol kecemasan.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Dosil, 2006) yang mengungkapkan bahwa pada cabang olahraga beladiri seperti *karate*, *kendo*, *kickboxing*, *judo*, *taekwondo*, karakteristik psikologis yang dibutuhkan adalah motivasi intrinsik, kesadaran diri, kontrol diri, ketangguhan mental, optimis, dan kepercayaan diri, *competitiveness*.

Kepercayaan diri atau sering disebut dengan *self-confidence* merupakan salah satu aspek kepribadian yang harus dimiliki oleh seorang atlet disemua cabang olahraga termasuk di cabang olahraga beladiri. Horn (2008:66) menyatakan bahwa kepercayaan diri sebagai keyakinan bahwa seseorang memiliki sumber daya internal, terutama kemampuan, untuk mencapai keberhasilan. Sehingga dari pendapat tersebut dapat dipahami bahwa kepercayaan diri merupakan sebuah modal utama bagi seorang atlet untuk mencapai sebuah prestasi yang telah ditargetkan, hal tersebut diperkuat dengan pendapat Husdarta (2014: 92) yang mengatakan bahwa salah satu modal utama dan syarat mutlak untuk mencapai prestasi olahraga yang gemilang adalah memiliki percaya diri (*self confidence* atau *confidence in one self*). Berdasarkan pendapat dan kajian literatur diatas dapat diambil kesimpulan bahwa aspek kepercayaan diri berhubungan dengan pembentukan perilaku yang dapat meningkatkan atlet untuk berprestasi, dan berpikir positif.

Berdasarkan kajian literatur di atas disimpulkan bahwa ada kesesuaian antara hasil dengan teori. Secara umum kepercayaan diri dapat meningkatkan serta menimbulkan sikap optimisme pada atlet beladiri pencak silat dan karate. Atlet yang optimis akan mendorong dirinya untuk berusaha semaksimal mungkin dapat penampilan. Safaria & Kunjana (2006: 64) berpendapat bahwa dengan olahraga juga dapat meningkatkan rasa percaya diri, kontrol diri, harga diri dan menciptakan citra tubuh yang positif. Atlet yang optimis meyakini kesuksesan, memiliki harapan positif tentang masa depan. Hasilnya adalah harapan diri yang tinggi, usaha yang lebih besar dan kemungkinan membuat kemampuan yang lebih baik dari yang terbaik sebelumnya. Oleh karena itu modal utama seorang atlet beladiri pencak silat

dan karate yang harus dimiliki untuk bisa mengatasi masalah, tuntutan mental dan fisik yang tinggi dari cabang olahraga beladiri adalah kepercayaan diri. Hal ini terbukti dari hasil penelitian ini yang menunjukan atlet olahraga beladiri pencak silat dan karate Indonesia di *Asian Games* XVIII tahun 2018 memiliki karakteristik aspek psikologis percaya diri dalam kategori tinggi.

c. Aspek Kontrol Kecemasan Atlet Beladiri Pencak Silat dan Karate Indonesia

Berdasarkan nilai rerata yang diperoleh pada aspek kontrol kecemasan sebesar 23,9. Nilai rerata tersebut setelah disesuaikan dengan tabel kriteria, aspek kontrol kecemasan berada pada kategori tinggi, sehingga dapat disimpulkan bahwa kategori aspek kontrol kecemasan atlet beladiri pencak silat dan karate Indonesia di *Asian Games* XVIII tahun 2018 adalah tinggi. Kecemasan adalah salah satu gejala psikologis yang berkaitan dengan perasaan negatif pada seseorang. Sejalan dengan pendapat Weinberg dan Gould (2003:79) yang menyatakan bahwa kecemasan merupakan keadaan negatif yang ditandai dengan gugup, khawatir, dan ketakutan dan terkait dengan aktivasi gairah tubuh. Sama seperti Baron & Menninger dalam Semium (2006) mendefinisikan kecemasan sebagai kesadaran mengenai adanya tegangan yang tidak menyenangkan. Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kontrol kecemasan adalah keadaan atau suatu perasaan yang tidak menyenangkan bagi seorang atlet.

Kecemasan yang terjadi pada atlet beladiri berpengaruh terhadap penampilannya. Penampilan puncak pada dasarnya bisa dialami oleh setiap atlet beladiri ketika atlet tersebut dapat menyeimbangkan antara pikiran dan dan fisik.

Menurut Harsuki (dalam penelitian Faturochman, 2017) salah satu faktor yang menyebabkan peak performance adalah faktor yang berhubungan dengan atlet yaitu kecemasan bertanding. Kecemasan ini biasanya dipicu pula karena atlet banyak memikirkan akibat dari kekalahannya. Kecemasan akan selalu terjadi pada diri atlet apabila sesuatu yang diharapkan mendapat rintangan sehingga kemungkinan tidak tercapainya harapan menghantui pikirannya (Apta, 2014: 42).

Kecemasan yang terjadi pada atlet biasanya akan menganggu penampilannya dan atlet tersebut mempunyai perasaan takut jika gagal dalam pertandingan serta menimbulkan adanya beban moral jika tidak bisa memenangkan pertandingan tersebut (Husdarta 2010: 81). Dalam sebuah penelitian mental yang dilakukan oleh Jones, dkk (2002), melakukan pendekatan kualitatif dengan mewawancarai 10 atlet beladiri berprestasi tingkat internasional menemukan bahwa "Secara umum, atlet yang sukses mengatasi lebih baik daripada lawan dengan banyak bertekat bahwa olahraga ditempatkan pada pemain, dan secara khusus, atlet yang berprestasi lebih konsisten dan lebih baik dari pada lawan yang tersisa hanya ditentukan pada, fokus, kepercayaan diri dan kontrol kecemasan.

Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa terdapat bberapa gangguan yang dapat terlihat dari perbedaan laki-laki dan perempuan. Sebagai contoh umum dan nampaknya stereotip tentang deskripsi laki-laki dan perempuan tentang diri mereka sendiri dan gangguan psikologis mereka ini selaras dengan temuan meta-analitik yang menunjukkan bahwa laki-laki umumnya mendapat skor lebih tinggi dari pada perempuan dalam ukuran ketegasan, sedangkan kebalikannya ditemukan untuk skala kecemasan, kegembiraan, kepercayaan. dan pikiran yang

lembut (Brabender & Mihura, 2016)

Berbagai penelitian mengenai kecemasan bertanding telah banyak dilakukan salah satunya oleh Yestisa Ika Putri (2007) yang meneliti hubungan antara intimasi pelatih- atlet dengan kecemasan bertanding pada atlet Ikatan Pencak Silat Seluruh Indonesia (IPSI) Semarang juga menunjukan adanya hubungan negatif antara intimasi pelatih-atlet dengan kecemasan dengan nilai koefisien korelasi -0,4. Perbedaan tingkat kecemasan juga dilihat dari jenis olahraga yang dilakukan atlet. Athan dan Sampson (2013) menyebutkan bahwa atlet-atlet yang terlibat dalam olahraga individual mengalami cemas lebih tinggi dibandingkan atlet-atlet yang terlibat dalam olahraga kelompok. Pada penelitian ini sekitar 65% atlet yang terlibat merupakan atlet cabang olahraga individual (tarung derajat, kempo, karate, tinju, taekwondo, anggar, panahan, atletik, dan menembak). Penelitian yang dilakukan oleh lowe dan McGrath dalam Dongaran (2017) memperkuat asumsi tersebut. Lowe dan McGrath menemukan bahwa atlet yang berpartisipasi dalam olahraga individual *contact* memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dari pada olahraga individual *non-contact*. Olahraga individual contact seperti karate dan pencak silat, sementara olahraga individual *non-contact* seperti, renang, bulutangkis nomor tunggal, tenis, panahan, lari dan lainya.

Berdasarkan kajian literatur di atas disimpulkan bahwa ada kesesuaian antara hasil dengan teori. Hasil penelitian ini menyatakan aspek kontrol kecemasan atlet beladiri Pencak Silat dan Karate Indonesia di *Asian Game* XVIII tahun 2018 dalam kategori "Tinggi". Pada olahraga *body contact* seperti cabang olahraga beladiri menuntut atlet untuk lebih mungkin merasakan tingkat kecemasan tinggi. Hal itulah

yang mendasari pentingnya kontrol terhadap kecemasan dalam olahraga beladiri agar atlet mampu menguasai perasaan cemas yang dirasakan yang dapat berpengaruh negatif terhadap penampilan atlet.

d. Persiapan Mental Atlet Beladiri Pencak Silat dan Karate Indonesia

Berdasarkan nilai rerata yang diperoleh pada aspek persiapan mental sebesar 23,9. Nilai rerata tersebut setelah disesuaikan dengan tabel kriteria, aspek persiapan mental berada pada kategori "Tinggi", sehingga dapat disimpulkan bahwa kategori aspek persiapan mental Atlet Beladiri Pencak Silat dan Karate Indonesia di *Asian Games* XVIII tahun 2018 adalah Tinggi. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pada aspek persiapan mental atau ketangguhan mental berhubungan dengan kecemasan pada atlet. Hasil penelitian yang dilakukan Raynaldi, dkk (2016) tentang Hubungan Ketangguhan Mental Dengan Kecemasan Bertanding Pada Atlet Pencak Silat Di Banjarbaru Relationship Between Mental Toughness and Competitive Anxiety in Pencak Silat Di Banjarbaru menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara ketangguhan mental dengan kecemasan saat bertanding. Setelah dilakukannya penelitian, hasilnya menunjukkan bahwa rata-rata atlet yang pernah mengikuti kejuaraan baik tingkat provinsi maupun nasional memiliki ketangguhan mental yang tergolong tinggi. Ketangguhan mental sendiri memiliki kontribusi sebesar 37,7% dalam mengurangi kecemasan bertanding pada atlet.

Ketangguhan mental dapat mengukur semangat dan kepercayaan diri individu, dan mampu memprediksi kesuksesan dalam ranah pendidikan, tempat kerja, atau olahraga sebagai konsep yang luas (Priyambodo, 2018). Ketangguhan

mental di dalam konteks olahraga muncul sebagai sekumpulan atribut yang memungkinkan seseorang untuk menjadi atlet yang lebih baik dan mampu mengatasi bentuk latihan dan situasi persaingan yang sulit, sehingga atlet mampu tampil prima tanpa kehilangan kepercayaan dirinya (Kumar, 2017). Lebih lanjut, ketangguhan mental dapat diartikan sebagai faktor yang dapat mengantarkan pada kesuksesan dalam olahraga. Menjaga peforma atlet selama menghadapi kesulitan, perasaan tertekan saat bertanding, menjaga pikiran, perasaan dan mengontrol perilaku dalam keadaan yang dapat menimbulkan stres (Richard G. Cowden, 2017).

Penampilan atlet beladiri yang sukses mampu memenuhinya dengan tuntutan mental dan fisik yang tinggi dan mencapai hasil yang diinginkan dengan memiliki kecenderungan psikologis tertentu. Sesuai dengan penjelasan (Fahmi, 2013), bahwa kondisi mental sangatlah penting dan perlu disiapkan sebaik-baiknya, bahkan tidak menutup kemungkinan juga menjadi faktor penentu dalam pertandingan. Oleh karena itu, sangatlah penting bagi seorang atlet beladiri untuk memiliki persiapan mental yang baik sehingga dapat mengatasi gangguan seperti kecemasan yang dapat mempengaruhi performa dalam pertandingan. Komponen penting yang dapat menentukan keberhasilan atlet di arena pertandingan, salah satunya adalah ketangguhan mental (Fauzee, Saputra, Samad, Gheimi, Asmuni, & Johar, 2012). Gucciardi (2008) menjelaskan ketangguhan mental merupakan kumpulan nilai, sikap, perilaku, dan emosi yang membuat atlet mampu bertahan dan melalui beragam hambatan, kesusahan, atau tekanan yang dialami.

Merujuk pada beberapa hasil penelitian dan pendapat para ahli terkait dengan persiapan mental bahwa keterampilan mental sangat penting bagi atlet beladiri. Para

ahli meyakini bahwa persiapan mental memberikan pengaruh yang signifikan terhadap penampilan atlet. Hal tersebut dibuktikan dengan hasil penelitian ini yang menyatakan aspek persiapan mental atlet beladiri Pencak Silat dan Karate Indonesia di *Asian Games* XVIII tahun 2018 berada pada kategori tinggi.

Berdasarkan kajian literatur di atas dapat disimpulkan bahwa ada kesesuaian antara hasil dengan teori. Hasil ini terbukti bahwa atlet cabang olahraga beladiri Pencak Silat dan Karate Indonesia di *Asian Games* XVIII tahun 2018 memiliki karakteristik persiapan mental yang berada pada kategori tinggi. Meskipun hasil penelitian pada aspek persiapan mental berada pada kategori tinggi, namun terdapat beberapa hal yang ditemukan terkait kendala dan fakta yang menarik dilapangan. Sehingga diperlukan starategi-strategi untuk meningkatkan aspek persiapan mental untuk menghasilkan peningkatan kondisi dan keterampilan psikologis para atlet yang akan mengarah pada peningkatan performanya.

e. Aspek Pentingnya Tim Atlet Beladiri Pencak Silat dan Karate Indonesia

Berdasarkan hasil analisis data nilai rerata yang diperoleh pada aspek pentingnya tim sebesar 13,8. Nilai rerata tersebut setelah disesuaikan dengan tabel kriteria, aspek pentingnya tim berada pada kategori "Tinggi", sehingga dapat disimpulkan bahwa kategori aspek pentingnya tim Atlet Beladiri Pencak Silat dan Karate Indonesia di *Asian Games* XVIII tahun 2018 adalah tinggi.

Dalam olahraga baik itu olahraga individu maupun olahraga kelompok, tim merupakan bagian yang menyatu dalam proses pencapaian prestasi. Pencapaian prestasi yang sempurna tak luput karna dipengaruhi oleh kekompakan tim yang diciptakan, termasuk dalam olahraga beladiri. Meskipun cabang olahraga beladiri

dilakukan secara individual namun untuk mencapai kesuksesan dibutuhkan kerjasama dalam lingkungan atlet. Peran seorang atlet dalam tim, kejelasan peran, dan penerimaan dan kepuasan dengan peran tersebut semuanya dapat mempengaruhi kohesi tim dan kepuasan atlet secara keseluruhan (Nourali, 2015). Carron, Hausenblaus, dan Eys (2005) telah mendefinisikan tim olahraga (atau kelompok) sebagai kumpulan dua atau lebih individu yang berbagi nasib yang sama, memiliki pola komunikasi yang terstruktur, dan memegang persepsi umum tentang struktur kelompok. Carron, Hausenblaus, dan Eys (2005) mencatat bahwa dalam kelompok yang bertujuan untuk mencapai kinerja puncak, peran memberikan kontribusi penting terhadap struktur kelompok ini.

Abolghasemi (2006) telah melakukan penelitian berjudul "Relationship between role ambiguity, role conflict and competitive anxiety with sports performance and academic achievement in individual sports athletes (wrestling, tennis and martial arts) and group (football, volleyball and basketball)" hasil penelitian tersebut bahwa kekompakan pada cabang olahraga kelompok lebih menonjol dibandingkan olahraga individu, selain itu hasil penelitiannya juga menunjukkan adanya peningkatan peran dalam penampilan atlet untuk mencapai prestasi. Peranan tim dalam sebuah cabang olahraga menjadi salah satu faktor yang harus diperhatikan. Hal tersebut sesuai pendapat Jones (2006) yang menyatakan bahwa kekompakan tim dalam kelompok olahraga dapat bermanfaat dan bernilai bagi pelatih untuk mempersiapkan atlet, karena salah satu faktor efektif yang dapat menyebabkan turunnya penampilan atlet adalah kurangnya kekompakan.

Pada hakikatnya setiap atlet atau individu merupakan anggota dari sebuah tim

dalam cabang olahraga. Dalam sebuah perkumpulan masing-masing memiliki aturan, strategi dan pengalaman pertandingan yang berbeda-beda dengan kelompok yang lain. Husdarta, (2010) menjelaskan bahwa dalam wadah perkumpulan inilah setiap atlet memperoleh pengalaman-pengalaman, baik pengetahuan maupun keterampilan. Pentingnya tim merupakan keterpaduan antara seluruh dimensi sosial yang terlibat dalam lingkungan atlet, baik itu pelatih, teman, orang tua, pengurus cabang olahraga dan sebagainya. Sebagai contoh sederhana ketika seorang pelatih menyusun program latihan mental diperlukan keterlibatan atlet untuk menentukan pemikiran dan tindakan yang harus dipelajari dan dipraktikan agar bisa mecapai penampilan yang maksimal.

Berdasarkan hasil penelitian dan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa ada kesesuaian antara hasil dengan teori. Meskipun cabang olahraga beladiri pencak silat dan karate dilakukan secara individual namun untuk mencapai kesuksesan dibutuhkan kerjasama antara sesama atlet, pelatih, orang tua untuk membentuk sumber utama dukungan sosial serta penampilan yang maksimal. Kemudian dalam cabang olahraga beladiri pencak silat dan karate ini pada kelas pertandingan seni seperti pencak silat seni dan karate kata beregu dibentuk oleh 2 sampai 4 atlet yang tergabung dalam sebuah tim yang memiliki kohesivitas yang baik. Dari berbagai penjelasan di atas membuktikan hasil penelitian ini yang menyatakan atlet beladiri pencak silat dan karate Indonesia di *Asian Games* XVIII tahun 2018 memiliki karakteristik aspek pentingnya tim adalah tinggi.

f. Aspek Konsentrasi Atlet Beladiri Pencak Silat dan Karate Indonesia

Berdasarkan hasil analisis data nilai rerata yang diperoleh pada aspek konsentrasi sebesar 22,1. Nilai rerata tersebut setelah disesuaikan dengan tabel kriteria, aspek konsentrasi berada pada kategori "Tinggi", sehingga dapat disimpulkan bahwa kategori aspek konsentrasi Atlet Beladiri Pencak Silat dan Karate Indonesia di *Asian Games* XVIII Tahun 2018 adalah tinggi.

Konsentrasi merupakan salah satu faktor psikologis yang berpengaruh terhadap penampilan atlet. Hidayat (2008:239) menyatakan bahwa konsentrasi adalah kemampuan untuk memusatkan perhatian pada tugas dengan tidak terganggu dan terpengaruh oleh stimulus yang bersifat internal dan eksternal. Selain itu konsentrasi ialah kemampuan untuk mempertahankan fokus terhadap kegiatan-kegiatan yang ada di dalam suatu lingkungan atau suasana ketika lingkungan berubah secara cepat pada pikiran tentang masa lalu atau masa depan yang menyebabkan isyarat-isyarat yang tidak bersangkut paut sering membuat penampilan kacau (Apta, 2014).

Dalam perspektif olahraga seni bela diri mencakup aspek yang mirip dengan olahraga yoga, dan berpotensi dapat memperbaiki kontrol perhatian atau konsentrasi (Diamond & Lee, 2011). Pendapat tersebut juga dibuktikan dengan hasil penelitian yang dilakukan pada atlet beladiri taekwondo yang rata-rata melakukan latihan 3 kali dalam satu minggu dapat meningkatkan konsentrasi dalam penampilan (Lakes dkk., 2013). Selain itu, hasil penelitian yang dilakukan baru-baru ini dari 84 studi yang dilakukan oleh Diamond dan Ling (2016) menemukan bahwa olahraga seni beladiri, mindfulness, dan *montessori teaching* menghasilkan

berbagai manfaat yang lebih luas dibandingkan dengan olahraga tim atau olahraga aerobik yang lainnya.

Berdasarkan hasil penelitian diatas, konsentrasi atau kontrol perhatian memiliki peranan penting dalam olahraga khususnya olahraga beladiri pencak silat dan karate. Pada hakekatnya atlet beladiri harus mampu untuk memprediksi dan mengantisipasi aksi serta strategi lawan mereka, merasakan rangsangan yang masuk dengan cepat, terlibat dalam perencanaan dan pengambilan keputusan yang cepat, dan merespons secara otomatis, karena tidak ada kesempatan berfikir dalam keadaan sebenarnya. Sehingga dibutuhkan latihan untuk memfokuskan diri terhadap lawan karena dalam olahraga beladiri baik pencak silat maupun karate sangat dibutuhkan konsentrasi yang tinggi terutama pada kelas tanding.

Aspek dasar seperti persiapan psikologis, konsentrasi, antisipasi, ketenangan, pengendalian emosi, pengendalian diri, kepercayaan dan daya saing merupakan inti dari bentuk pertarungan beladiri (Dosil, 2006). Berbagai faktor eksternal dapat mengganggu seperti pendukung yang berlebihan dan tidak bisa diatur, hal tersebut dapat menyebabkan terjadinya kericuhan yang tidak diprediksi sehingga akan menimbulkan hilangnya konsentrasi saat bertanding dan menyebabkan kekalahan.

Berdasarkan kajian di atas hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada kesesuaian antara hasil yang diperoleh dengan teori dan berbagai penelitian lainya. Atlet beladiri pencak silat dan karate yang bertanding di *Asian Games* harus mampu untuk memprediksi dan mengantisipasi aksi serta strategi lawan mereka, merasakan rangsangan yang masuk kemudian melakukan pengambilan keputusan yang cepat, dan merespons secara otomatis. Sehingga dapat disimpulkan bahwa sifat

pertandingan dalam cabang olahraga beladiri pencak silat dan karate memiliki tingkat konsentrasi yang sangat tinggi. Berdasarkan berbagai penjelasan di atas membuktikan hasil penelitian ini yang menyatakan atlet beladiri pencak silat dan karate Indonesia di *Asian Games* XVIII tahun 2018 memiliki karakteristik aspek konsentrasi berada dalam kategori tinggi.

2. Perbedaan Karakteristik Psikologis Atlet Beladiri Pencak Silat dan Karate Indonesia

Berdasarkan analisis data diperoleh nilai t hitung sebesar 2, 668 dan nilai *Sig*. (*2-tailed*) sebesar 0,012. Diperoleh nilai sig.0,012 < 0,05, maka Ho ditolak. Jadi dapat disimpulkan bahwa pada taraf signifikansi 0,05 terdapat perbedaan yang signifikan karakteristik psikologis atlet antar cabang olahraga beladiri pencak silat dan karate Indonesia di *Asian Games* XVIII tahun 2018.

Berbagai penelitian terkait aspek psikologis dalam cabang olahraga beladiri pencak silat dan karate khususnya telah banyak dilakukan. Penelitian yang dilakukan oleh Kusuma & Mulyono (2019) dengan judul "Comparison of Athletes Personality between Martial Art Sports in Central Java" Penelitian ini membandingkan karakteristik kepribadian atlet di 4 (empat) atlet seni bela diri di PPLOP Provinsi Jawa Tengah, Indonesia (Taekwondo, PencakSilat, Judo, dan Karate) hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa atlet karate mencetak skor yang lebih tinggi secara signifikan pada pencapaian, kesadaran, visualisasi, intuisi, penetapan tujuan, mengelola tekanan, self-efficacy, ketakutan akan kegagalan, aliran, emosi, bicara sendiri, kesadaran diri, etika, empati, hubungan dan manajemen kesan sedangkan atlet pencaksilat secara signifikan lebih tinggi dalam

hal kemampuan beradaptasi, manajemen stres, kekuatan dan agresivitas. Lebih lanjut ia menjelaskan hasil untuk taekwondo memiliki rata-rata tertinggi hanya pada variabel daya saing, sehingga dapat disimpulkan bahwa karakteristik kepribadian atlet berbeda antara olahraga seni bela diri.

Penelitian dalam aspek psikologis menunjukkan bahwa ada perbedaan kepribadian antara pegulat, perenang, atlet baseball, atlet bola basket dan atlet sepak bola (Singgih dkk, 1996). Penelitian lain yang dilakukan pada sepak bola, gulat, senam dan karate menunjukkan bahwa karakteristik kepribadian para atlet berbeda (Kroll & Crenshaw, dalam Singer, Murphey, & Tennant, 1993). Selain hasil penelitian diatas perlu dipahami bahwa aspek psikologis yang diperlukan dan berpengaruh pada kinerja seni bela diri (pencaksilat, taekwondo, karate, gulat dll) adalah konsentrasi, antisipasi, kontrol emosional, kontrol diri, kepercayaan diri dan kekuatan bertarung (Anshel & Payne, 2006).

Berdasarkan hasil penelitian Triyono (2014) bahwa persentase dan frekuensi tingkat kepercayaan diri atlet pencak silat tergolong dalam kategori tingkat kepercayaan diri tinggi, persentase dan frekuensi kecemasan umumnya menunjukan peningkatan sebelum bertanding dan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kepercayaan diri dengan kecemasan atlet pencak silat. Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Dimyati dkk (2013) bahwa adanya perbedaan karakteristik psikologis antara cabang olahraga pencak silat yang memiliki aspek psikologis motivasi lebih baik dari pada cabang olahraga taekwondo, namun dalam hal aspek psikologis kontrol kecemasan cabang olahraga taekwondo lebih baik dibandingkan atlet cabang olahraga pencak silat.

Penampilan seorang atlet adalah interaksi antara beberapa faktor, seperti aspek teknis, taktis, fisik dan mental (Jones, Hanton, & Connaughton, 2002; Boompa & Haff, 2009; Stolen et al., 2005). Berbagai literatur menunjukkan bahwa atlet dari satu cabang olahraga berbeda dalam karakter dan tipe kepribadian dibandingkan dengan atlet dari cabang olahraga lain (Cox, 2002). Tinjauan literatur di atas menunjukkan bahwa aspek psikologis yang mempengaruhi kinerja atlet berbeda satu sama lain. Zinseer, Bunker, dan Williams (2001) mengatakan bahwa optimisme penting bagi atlet seni bela diri karena akan berdampak pada peningkatan daya tempur, konsentrasi, dan fokus pada perhatian. Demikian pula antara tim olahraga dengan olahraga individu. Karakteristik permainan, sifat olahraga yang terkandung dalam tim olahraga akan berbeda dengan karakteristik dan karakteristik olahraga yang terkandung dalam olahraga individu.

Kesimpulan dari berbagai kajian literatur di atas menyatakan terdapat kesesuaian yang dapat membuktikan dengan hasil penelitian ini. Meskipun beberapa hasil penelitian di atas terkait kepribadian atau dalam hal beberapa aspek psikologis yang tidak sama dengan variabel penelitian (motivasi, percaya diri, kontrol kecemasan, persiapan mental, pentingnya tim dan konsentrasi), namun temuan ini menunjukkan bahwa olahraga beladiri pencak silat dan karate memiliki kualitas sendiri, yang dapat menyebabkan hasil kepribadian dan karakteristik psikologis yang berbeda. Dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan karakteristik psikologis atlet olahraga beladiri pencak silat dengan karate Indonesia di *Asian Games* XVIII tahun 2018.

3. Perbedaan Karakteristik Psikologis Atlet Beladiri Indonesia Ditinjau Dari Jenis Kelamin

Berdasarkan analisis data diperoleh bahwa nilai $t_{hitung} = 2{,}910$ dengan $\alpha = 0{,}009$ ($p<0{,}05$). Sedangkan analisis uji hipotesis atlet beladiri karate putra dengan karate putri diperoleh hasil nilai $t_{hitung} = 2{,}824$ dengan $\alpha = 0{,}018$ ($p<0{,}05$). Hasil analisis ini diperoleh $p < 0{,}05$, **maka Ho ditolak.** Jadi, dapat disimpulkan bahwa pada taraf signifikansi 0,05 **ada perbedaan** karakteristik psikologis atlet pencak silat putra dengan putri dan atlet karate putra dengan putri di *Asian Games* XVIII tahun 2018 yang ditinjau dari jenis kelamin.

Berdasarkan hasil analisis diatas ditemukannya perbedaan karakteristik psikologis pada atlet putra dan putri. Pada aspek motivasi antara putra dan putri masuk dalam kategori sangat tinggi, meskipun keduanya masuk dalam kategori sangat tinggi akan tetapi hasil rata-rata yang diperoleh menunjukkan bahwa atlet putra memiliki rata-rata yang jauh lebih tinggi dibandingkan pada atlet putri. Hal tersebut membuktikan bahwa adanya pengaruh antara aspek motivasi dengan karakteristik psikologis pada atlet. Untuk memperkuat hasil tersebut penelitian dilakukan pada olahraga individu dengan olahraga team yang menunjukkan bahwa Ada perbedaan yang signifikan antara keterampilan psikologis dan motivasi untuk keberhasilan olahraga antara dua kelompok (individu dan tim), tetapi tidak ada perbedaan yang signifikan dalam kecerdasan emosional antara dua kelompok (individu dan tim) (Kajbafnezhad, Ahadi, Heidarie, Askari, & Enayati, 2011).

Motivasi dalam berolahraga antara laki-laki dan perempuan menjadi salah satu

aspek yang sangat berpengaruh. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa wanita lebih termotivasi untuk berpartisipasi dalam olahraga dengan motif intrinsik daripada motif ekstrinsik (Colly, Berman & Van Milligen, 2005). Namun, penelitian lain yang dilakukan oleh Wilson et al, (2004), menemukan bahwa pria lebih condong pada motivasi intrinsik daripada wanita. Selain itu, ada banyak bukti yang menunjukkan bahwa atlet pria dan wanita umumnya berbeda dalam motivasi mereka, khususnya daya saing dan pengambilan risiko mereka (Deaner, dkk 2015).

Aspek kedua yang dianalisis dalam cabang olahraga beladiri dilihat berdasarkan jenis kelamin yaitu aspek percaya diri. Perbedaan yang signifikan terlihat pada aspek percaya diri. Hasil analisis menunjukkan bahwa atlet perempuan lebih rendah dibandingkan atlet laki-laki yaitu dengan skor rata-rata 25,4 sedangkan pada laki-laki memiliki skor rata-rata 28,6, hal ini dapat diartikan bahwa atlet beladiri perempuan pada saat bertanding masih kurang percaya diri. Hasil penelitian yang terdiri dari 71 (59,2%) pria dan 49 (40,8%) atlet wanita menunjukkan bahwa ada korelasi yang signifikan antara pria laki-laki dan perempuan dalam hal citra dan kepercayaan diri (Rattanakoses., Omar-Fauzee, & Soh, 2009). Safaria & Kunjana (2006: 64) berpendapat bahwa dengan olahraga juga dapat meningkatkan rasa percaya diri, kontrol diri, harga diri dan menciptakan citra tubuh yang positif.

Penelitian yang mengungkap perbedaan kepercayaan diri pada atlet beladiri laki-laki dan perempuan masih sangat terbatas. Akan tetapi penelitian yang dilakukan Holgeson, (2017) yang mengungkapkan beberapa sifat yang dimiliki laki-laki dan perempuan, pada perempuan lebih bisa mengontrol emosinya, sopan dan saling membantu dan biasanya lebih berminat pada kegiatan memasak

sedangkan pada laki-laki memiliki rasa percaya diri yang lebih besar dan pada umumnya menyukai olahraga. Selain itu menurut Anshel (1990) karakter kepribadian untuk atlet perempuan, antara lain (a) cenderung memiliki rasa takut, (b) rasa percaya diri rendah, (c) sifat kecemasan dan ketegangan lebih tinggi, dan emosionalnya lebih sensitif.

Berdasarkan beberapa pndapat dan hasil penelitian diatas dapat dijadikan dasar untuk memeperkuat hasil penelitian ini. Meskipun penelitian ini belum banyak menemukan referensi terkait hasil penelitian yang serupa, namun hasil tersebut sudah mengiterpretasikan bahwa adanya perbedaan yang signifikan karakteristik psikologis olahraga beladiri pada atlet laki-laki dan perempuan.

Aspek ketiga yang merupakan hasil analisis perbedaan atlet laki-laki dan perempuan pada olahraga beladiri yaitu aspek kontrol kecemasan. Hasil menunjukkan bahwa kontrol kecemasan pada atlet perempuan lebih rendah dibandingkan pada atlet laki-laki yaitu skor rata-rata 22,6. Sedangkan skor rata-rata yang diperoleh atlet laki-laki yaitu 25,2. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa atlet laki-laki lebih bisa mengontrol tingkat kecemasannya pada saat pertandingan. Kontrol kecemasan pada atlet biasanya berkaitan dengan kepercayaan diri pada saat pertandingan. Kecemasan kognitif mungkin mencerminkan, sebagian, ketidakmampuan atlet untuk menghadapi tekanan dan sebaliknya, kepercayaan diri mungkin mencerminkan, sebagian, kemampuan atlet untuk menghadapi tekanan yang meningkat (Woodman & Hardy, 2003).

Pendapat lain menyatakan bahwa perempuan biasanya melaporkan kecemasan kognitif yang lebih tinggi dan kepercayaan diri yang lebih rendah dari pada laki-

laki (Woodman & Hardy, 2003). Pendapat tersebut dapat diartikan bahwa pada atlet perempuan memiliki kecemasan yang tinggi atau kontrol kecemasannya rendah dan sebaliknya. Beberapa peneliti telah memahami hal ini sebagai karakteristik pribadi dan memeriksa apakah karakteristik tertentu lazim pada wanita sebagai kebalikan dari pria, atau sebaliknya (Magnusson & Marecek, 2012).

Berdasarkan beberapa pendapat diatas maka dapat dipahami bahwa kontrol kecemasan pada atlet perempuan tergolong rendah dibandingkan pada atlet laki-laki. Hal tersebut menjadi salah satu alasan yang memperkuat hasil penelitian ini yaitu terkait perbedaan karakteristik atlet beladiri laki-laki dan perempuan yang dilihat pada aspek kontrol kecemasan.

Berdasarkan hasil analisis aspek psikologis selanjutnya yaitu aspek persiapan mental, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa prbedaan rerata skor persiapan mental pada atlet beladiri laki-laki dan perempuan hanya tipis. Pada atlet perempuan memperoleh skor rerata 24,0 sedangkan pada atlet laki-laki memperoleh skor rerata 24,1. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pada atlet beladiri laki-laki dan permpuan memiliki persiapan mental yang baik. Persiapan mental merupakan salah satu studi empiris yang paling banyak digunakan sebagai kunci keberhasilan olahraga (Moran, 2012). Penelitian terdahulu yang dilakukan Gould dkk, melakukan studi 82% dari ketangguhan mental yang dinilai sebagai karakteristik psikologis yang paling penting dalam menentukan keberhasilan pada olahraga beladiri. Selain itu Middleton dkk, (2004) mendefinisikan persiapan mental sebagai ketekunan dan keyakinan yang tak tergoyahkan terhadap beberapa tujuan meskipun ada tekanan atau kesulitan. Berdasarkan beberapa pendapat tersebut serta hasil

penelitian ini maka penulis menyimpulkan bahwa atlet beladiri laki-laki dan perempuan memiliki persiapan mental yang baik.

Aspek psikologis berikutnya yaitu aspek pentingnya tim, berdasarkan hasil analisis diperoleh skor rerata pada atlet beladiri laki-laki 14,7 skor tersebut lebih tinggi dibandingkan atlet perempuan yang hanya memperoleh skor rerata 12,8. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa pada olahraga beladiri krasa kekompakan pada tim lebih diperlihatkan oleh atlet laki-laki. Tim merupakan sebuah proses sosial dari sekelompok orang yang harus berinteraksi satu sama lain untuk mencapai tujuan bersama (Weinberg dan Gould, 2011). Peran seorang atlet dalam tim, kejelasan peran, dan penerimaan dan kepuasan dengan peran tersebut semuanya dapat mempengaruhi kohesi tim dan kepuasan atlet secara keseluruhan (Nourali, 2015).

Aspek terakhir dalam penelitian yaitu aspek konsentrasi. Berdasarkan hasil penelitian atlet beladiri laki-laki memiliki skor rerata lebih besar yaitu 22,8 dibandingkan atlet perempuan yang hanya memperoleh skor rerata 21,4. Hasil tersebut menunjukkan bahwa atlet beladiri laki-laki memiliki tingkat konsentrasi yang lebih tinggi dibandingkan dengan atlet beladiri perempuan.

Berdasarkan fakta dilapangan yang diperoleh penulis, terlihat bahwa atlet beladiri harus mampu untuk mengantisipasi aksi dan strategi dari seorang lawan, merasakan rangsangan dari reaksi yang dilakukan lawan dengan cepat, terlibat dalam pengambilan keputusan yang cepat, dan merespons secara cepat, karena tidak ada kesempatan berfikir dalam keadaan sebenarnya. Penggunaan memori, proses yang memakan waktu, harus digunakan dalam pengaturan latihan, keadaan

mempelajari dan formasi strategi terjadi. Konsep seperti persiapan psikologis, konsentrasi, antisipasi, ketenangan, pengendalian emosi, pengendalian diri, kepercayaan dan daya saing merupakan inti dari bentuk pertarungan beladiri (Dosil, 2006). Penelitian yang dilakukan Baledi dkk (2012) menunjukkan atlet laki-laki remaja yang berpartisipasi dalam olahraga contact tidak memiliki perbedaan yang signifikan dalam hal perkembangan karakteristik kepribadian sosial secara keseluruhan dengan atlet olahraga *non-body contact*.

Dalam penelitian yang dilakukan Georgios (2016) dalam latihan olahraga beladiri menunjukkan bahwa karate memiliki dampak positif pada kepribadian atlet yang kemauan, aktif, fisik, sosial dan emosional. Hasil penelitian tersebut sesuai dengan penelitian sebelumnya yang melaporkan dampak positif pelatihan seni bela diri pada ciri-ciri kepribadian (Vertonghen & Theeboom 2010; Zaggelidis, Mavrovouniotis, Argiriadou, & Zaggelidou, 2009). Salah satu ciri kepribadian tersebut yaitu terlihat pada aspek konsentrasi.

Berdasarkan kajian literatur dan hasil penelitian diatas maka dapat disimpulkan adanya perbedaan aspek psikologis pada atlet beladiri putra dengan beladiri putri. Hal ini sesuai dengan pendapat Anshel & Payne, (2006). Aspek psikologis yang diperlukan dan berpengaruh pada kinerja seni bela diri (pencaksilat, taekwondo, dll) adalah konsentrasi, antisipasi, kontrol emosional, kontrol diri, kepercayaan diri dan kekuatan bertarung.

Secara umum beberapa teori dan penelitian di atas tidak secara langsung menjelaskan perbedaan antara karakteristik psikologis atlet beladiri laki-laki dan perempuan, namun hasil tersebut sudah mengiterpretasikan bahwa adanya

perbedaan yang signifikan karakteristik psikologis olahraga beladiri pada atlet laki-laki dan perempuan yang bertanding di *Asian Games* XVIII tahun 2018.

D. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini telah diusahakan dan dilaksanakan sesuai dengan prosedur ilmiah, namun masih memiliki keterbatasan yaitu;

1. Tidak diketahui informasi yang mendalam terkait instrumen yang digunakan seperti validitas dan reliabilitas serta instrumen tidak diujicobakan secara langsung pada subjek penelitian.