TINGKAT KECEMASAN WASIT SEPAKBOLA BERLISENSI C-2 dan C-1 PROVINSI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA SAAT MEMIMPIN PERTANDINGAN

TUGAS AKHIR SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Sebagian Persyaratan guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan

Disusun Oleh:
Angga Dwi Prasetyo
NIM. 16602241056

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2023

PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

TINGKAT KECEMASAN WASIT SEPAKBOLA BER LISENSI C-2 DAN C-1 DI PROVINSI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA SAAT MEMIMPIN PERTANDINGAN

Disusun Oleh:

Angga Dwi Prasetyo
NIM 16602241056

Telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Yogyakarta, 29 November 2022

Mengetahui, Koordinator Program Studi	Disetujui, Dosen Pembimbing,
Dr. Drs. Fauzi, M.Si. NIP. 196312281990021002	Agus Supriyanto, S.Pd,. M.Si. NIP. 198001182002121002

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	:	Angga Dwi Prasetyo
NIM	:	16602241056
Program Studi	:	Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Judul TAS	:	Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola ber lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta saat Memimpin Pertandingan

menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta,29 November 2022
Yang Menyatakan,

Angga Dwi Prasetyo
NIM 16602241056

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

TINGKAT KECEMASAN WASIT SEPAKBOLA BER LISENSI C-2 DAN C-1 DI PROVINSI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA SAAT MEMIMPIN PERTANDINGAN

Disusun Oleh:

Angga Dwi Prasetyo
NIM 16602241056

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Tugas Akhir Skripsi
Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal 5 Januari 2023

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Agus Supriyanto, S.Pd., M.Si.	.....	18-1-2023
Drs.Subagyo Irianto, M. Pd.	.....	18-1-2023
Dr. Drs. Agung Nugroho A.M.,M.Si.	.....	18-1-2023

Yogyakarta, 5 Januari 2023
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,

Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed.
NIP. 196407071988121001

MOTTO

1. “Pengetahuan yang baik adalah yang memberikan manfaat, bukan hanya diingat.” –Angga Dwi Prasetyo
2. “Menuntut ilmu adalah takwa. Menyampaikan ilmu adalah ibadah. Mengulang-ulang ilmu adalah zikir. Mencari ilmu adalah jihad.” – Abu Hamid Al Ghazali

PERSEMBAHAN

Karya ini penulis persembahkan kepada orang-orang yang punya makna sangat istemewa bagi kehidupan penulis, diantaranya:

1. Kedua orang tua Bapak dan Ibu yang senantiasa memberikan dukungan baik berupa semangat dan doa yang tiada henti sehingga akhirnya terselesaikannya skripsi ini.
2. Saudaraku dan teman yang selalu memberikan semangat dan nasihat.

TINGKAT KECEMASAN WASIT SEPAKBOLA BER LISENSI C-2 DAN C-1 DI PROVINSI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA SAAT MEMIMPIN PERTANDINGAN

Oleh:

Angga Dwi Prasetyo

NIM. 16602241056

ABSTRAK

Dalam pertandingan sepakbola membutuhkan pengadil di lapangan yang dapat bekerja dengan baik dan memberikan keputusan-keputusan yang sesuai dengan peraturan federasi. Pentingnya kinerja wasit sepakbola dalam memimpin pertandingan agar dapat berjalan dengan lancar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kecemasan wasit sepakbola ber lisensi c-2 dan c-1 di provinsi daerah istimewa yogyakarta saat memimpin pertandingan.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik pengambilan datanya menggunakan angket. Populasi pada penelitian ini adalah wasit lisensi C-2 dan C-1 Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta yang berjumlah 109 wasit. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *insidental sampling*, yaitu berjumlah 45 wasit. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase.

Berdasarkan hasil penelitian maka diketahui bahwa tingkat kecemasan wasit sepakbola ber lisensi c-2 dan c-1 di provinsi daerah istimewa yogyakarta saat memimpin pertandingan berada pada kategori sangat rendah sebesar 6,67% (3 wasit), pada kategori rendah sebesar 33,33% (15 wasit), pada kategori sedang sebesar 26,67% (12 wasit), pada kategori tinggi 32,33% (14 wasit), dan pada kategori sangat tinggi 6.67% (3 wasit). berdasarkan nilai rata-rata sebesar 165,7778 dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan wasit sepakbola ber lisensi c-2 dan c-1 di provinsi daerah istimewa yogyakarta saat memimpin pertandingan dalam kategori sedang 165, 7778%. Kemudian pada faktor instrinsik dan ekstrinsik yang mempengaruhi tingkat kecemasan dalam kategori sedang.

Kata kunci: *kecemasan, wasit sepakbola, memimpin pertandingan*

LEVEL OF ANXIETY OF THE C-2 AND C-1 LICENSED FOOTBALL REFEREES AT SPECIAL REGION OF YOGYAKARTA WHILE LEADING THE MATCH

Abstract

In a football match, a referee on the field who can work well and make decisions according to federation regulations is crucially needed. It is important to observe the performance of the football referee in leading the match so that it can run smoothly. This research aims to determine the level of anxiety of the c-2 and c-1 licensed football referees at Special Region of Yogyakarta province when leading the matches.

This research was a descriptive study. The method used a survey with the data collection techniques used a questionnaire. The research population was the c-2 and c-1 licensed referees at the Special Region of Yogyakarta, totaling 109 referees. The sampling technique was incidental sampling, which consisted of 45 referees. Data analysis techniques used the descriptive analysis elaborated in the form of percentages.

Based on the results of the research, it shows that the level of anxiety of c-2 and c-1 licensed football referees at the Special Region of Yogyakarta Province when leading the match is as follows: in the very low level at 6.67% (3 referees), in the low level at 33.33%. (15 referees), in the medium level at 26.67% (12 referees), in the high level at 32.33% (14 referees), and in the very high level at 6.67% (3 referees). Based on an average value at 165.7778, it can be concluded that the level of anxiety of the c-2 and c-1 licensed football referees at the Special Region of Yogyakarta when leading the matches in the medium level at 165.7778. While from the intrinsic and extrinsic factors, it shows that the level of anxiety is in the medium level.

Keywords: anxiety, football referee, leading the match

Mengetahui
Wakil Dekan
Bidang Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni,

Dr. Guntur, M.Pd.
NIP 19810926 200604 1 001

Yogyakarta, 24 Januari 2023
Disetujui
Dosen Pembimbing,

Agus Supriyanto, M.Si.
NIP 19800118 200212 1 002

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul "Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola ber lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta saat Memimpin Pertandingan" dapat disusun sesuai dengan harapan. Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Agus Supriyanto, S.Pd., M.Si., selaku Pembimbing Skripsi yang telah ikhlas memberikan ilmu, tenaga, dan waktunya untuk selalu memberikan yang terbaik dalam menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Drs.Subagyo Irianto, M. Pd selaku Sekretaris dan Bapak Dr. Drs. Agung Nugroho A.M.,M.Si. selaku Penguji utama yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap Tugas Akhir Skripsi ini.
3. Bapak Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
4. Bapak Dr. Drs. Fauzi, M.Si. selaku Ketua Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga yang telah ikhlas memberikan ilmu, tenaga, dan waktunya untuk selalu memberikan yang terbaik dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Dr. Nawan Primasoni, S.Pd. Kor., M.Or. Pembimbing Akademik yang telah ikhlas memberikan ilmu, tenaga, dan waktunya untuk selalu memberikan yang terbaik selama ini.

6. ASPROV PSSI DIY, yang telah memberi ijin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
7. Wasit PSSI DIY yang telah memberi bantuan memperlancar pengambilan data selama proses penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
8. Untuk sahabat saya yang selalu memberi semangat kepada saya dan selalu menjadi pendengar yang baik dalam keadaan suka maupun duka.
9. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah berikan semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT/Tuhan Yang Maha Esa dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, 29 November 2022
Penulis,

Angga Dwi Prasetyo
NIM 16602241056

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL ..... **i**
HALAMAN PERSETUJUAN ..... **ii**
HALAMAN PERNYATAAN ..... **iii**
HALAMAN PENGESAHAN ..... **iv**
HALAMAN MOTTO ..... **v**
HALAMAN PERSEMBAHAN ..... **vi**
ABSTRAK ..... **vii**
ABSTRACT ..... **viii**
KATA PENGANTAR ..... **ix**
DAFTAR ISI ..... **xi**
DAFTAR TABEL ..... **xiii**
DAFTAR GAMBAR ..... **xiv**

BAB I. PENDAHULUAN
A. Latar Belakang Masalah 1
B. Identifikasi Masalah 7
C. Batasan Masalah 7
D. Rumusan Masalah 8
E. Tujuan Penelitian 8
F. Manfaat Penelitian 8

BAB II. KAJIAN PUSTAKA
A. Deskripsi Teori 9
1. Hakikat Sepakbola 10
2. Hakikat Wasit 11
a. Pengertian wasit 11
b. Kewenangan wasit 12
c. Kekuasaan wasit 13
d. Asisten wasit 16
e. Official keempat 17
3. Pengertian Kecemasan 19
a. Macam-macam kecemasan 23
b. Ciri-ciri kecemasan 24
c. Faktor-Faktor kecemasan wasit sebelum bertanding 25
B. Penelitian yang Relevan 30
C. Kerangka Berfikir 31
D. Pertanyaan Penelitian 33

BAB III. METODE PENELITIAN
A. Desain Penelitian 34
B. Lokasi dan Waktu Penelitian 35
C. Populasi dan Sampel Penelitian 35

D. Definisi Operasional Variabel Penelitian 36
E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data 37
F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen 41
G. Teknik Analisis Data 44

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN
A. Hasil Penelitian 46
1. Deskripsi Subjek Penelitian 46
2. Deskripsi Data Penelitian 46
B. Pembahasan 61

BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN
A. Kesimpulan 68
B. Implikasi Hasil Penelitian 69
C. Saran 70

DAFTAR PUSTAKA 71

LAMPIRAN 74

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Alternatif Jawaban Angket..... 40

Tabel 2. Kisi-kisi Angket Ujicoba 40

Tabel 3. Hasil Uji Validitas..... 42

Tabel 4. Interpretasi Nilai Realibilitas Instrumen 43

Tabel 5. Nilai Realibilitas Instrumen 44

Tabel 6. Norma Penilaian..... 44

Tabel 7. Deskripsi Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola 47

Tabel 8. Kategori Hasil Deskripsi Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola..... 47

Tabel 9. Faktor Intrinsik Deskripsi Tingkat Kecamasan Wasit Sepakbola ... 49

Tabel 10. Kategori Hasil Deskripsi Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola .. 49

Tabel 11. Deskripsi Faktor Intrinsik Sub Faktor Moral..... 51

Tabel 12. Kategori Deskripsi Faktor Intrinsik Sub Faktor Moral 51

Tabel 13. Deskripsi Faktor Intrinsik Sub Faktor Pengalaman Bertanding ... 52

Tabel 14. Kategori Deskripsi Faktor Intrinsik Sub Faktor Pengalaman Bertanding 52

Tabel 15. Deskripsi Faktor Intrinsik Sub Faktor Pikiran Negatif..... 53

Tabel 16. Kategori Deskripsi Faktor Intrinsik Sub Faktor Pikiran Negatif... 54

Tabel 17. Deskripsi Faktor Intrinsik Sub Faktor Pikiran Positif..... 55

Tabel 18. Kategori Deskripsi Faktor Intrinsik Sub Faktor Pikiran Positif..... 55

Tabel 19. Deskripsi Faktor Ekstrinsik Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola 56

Tabel 20. Kategori Deskripsi Faktor Ekstrinsik Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola 56

Tabel 21. Deskripsi Faktor Ekstrinsik Sub Faktor Pelatih dan Manajer..... 58

Tabel 22. Kategori Deskripsi Faktor Ekstrinsik Sub Faktor Pelatih dan Manajer 58

Tabel 23. Deskripsi Faktor Ekstrinsik Sub Faktor Penonton..... 59

Tabel 24. Kategori Deskripsi Faktor Ekstrinsik Sub Faktor Penonton..... 59

Tabel 25. Deskripsi Faktor Ekstrinsik Sub Faktor Pemain..... 60

Tabel 26. Kategori Deskripsi Faktor Ekstrinsik Sub Faktor Pemain..... 60

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berfikir Penelitian..... 33
Gambar 2. Diagram Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola..... 48
Gambar 3. Diagram Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Instrinsik..... 50
Gambar 4. Diagram Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ekstrinsik..... 57

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah salah satu bentuk dari upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia yang diarahkan pada pembentukan watak dan kepribadian, disiplin, dan sportivitas yang tinggi, serta peningkatan prestasi yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional. Olahraga sebagai salah satu unsur yang berpengaruh dalam kehidupan manusia, telah ikut berperan dalam mengharumkan nama daerah dan bangsa, baik melalui kompetisi di tingkat nasional maupun internasional. Setiap bangsa di seluruh dunia berlomba-lomba menciptakan prestasi dalam kegiatan olahraga, karena prestasi olahraga yang baik akan meningkatkan citra bangsa di dunia internasional. Setiap jenis olahraga memiliki ciri khasnya untuk mencapai hasil naik, karena fokus pembinaan setiap jenis olahraga bervariasi bergantung pada pengelompokkannya ke dalam olahraga individual atau tim (Fenanlampir, 2020: 12). Kegiatan olahraga mencakup berbagai macam cabang seperti atletik, permainan, olahraga air, dan olahraga beladiri. Olahraga permainan yang makin banyak digemari oleh masyarakat terutama dikalangan pelajar dan mahasiswa adalah olahraga sepakbola.

Permainan merupakan jenis olahraga permainan beregu yang sangat popular di dunia. Masyarakat awalnya menganggap permainan sepakbola berasal dari Inggris, hal itu didasarkan dengan paling tuanya kompetisi permainan sepakbola dimainkan. Akan tetapi opini yang berkembang itu di garis luruskan oleh FIFA yaitu badan tertinggi sepakbola di dunia yang menyatakan bahwa permainan

sepakbola berasal dari Cina. Hal itu didasarkan akan bukti bahwa sebelum sepakbola berkembang di Inggris, kaisar di dinasti Cina sudah memainkannya terlebih dahulu.

Sepakbola merupakan jenis permainan olahraga yang sangat mudah dimainkan karena hanya dapat menendang bola seseorang dapat memainkan sepakbola. Dalam peraturannya sepakbola dimainkan oleh 2 klub yang masing-masing klub terdiri dari 11 orang pemain dengan tujuan mencetak gol ke gawang lawan sehingga dapat dipeeroleh hasil dalam suatu permainan sepakbola dengan menggunakan peraturan sepakbola yang sudah berlaku. Selain pemain juga terdapat pelatih, staf pelatih dalam sebuah klub sepakbola (Emral, 2016: 25-26).

Pertandingan sepak bola selalu menghadirkan suasana euforia yang besar disetiap laga yang dihadirkan (Larkin, Mesagno, Berry, Spittle, & Harvey, 2018), beban pada pertandingan sepak bola tidak hanya kepada pelatih, pemain dan penonton tetapi juga pada perangkat pertandingan yaitu wasit yang memimpin jalanya pertandingan (Watson, 2013). Faktor utama menjadi tekanan psikologis wasit selama pertandingan adalah tekanan dari suporter sepak bola, tekanan ini biasanya pada pertandingan *home* yang menjadi sebuah keuntungan laga kandang (Syahputra, 2016). Sepak bola adalah olahraga yang populer yang hampir setiap daerah memiliki fanatisme terhadap daerahnya (Rinaldy & Tawang, 2018). Sepak bola Indonesia selalu menghadirkan pristiwa yang sangat vital setiap laga seperti kekerasan antar pemain, kekerasan terhadap wasit kekerasan penonton kepada Wasit dan kerusuhan antar supporter yang mencoreng sepak bola nasional.

Keadaan yang saat ini selalu terjadi pada liga sepak bola di bawah Asosiasi PSSI Kab/Kota dan Provinsi serta kompetisi liga nasional adalah kurangnya kepuasan pemain terhadap kinerja wasit. Wasit adalah bagian integral yang dihormati dan dipatuhi di lapangan, setiap keputusan yang diberikan wasit selama pertandingan berlangsung akan dianalisis secara kritis oleh pemain, pelatih, official, penonton dan ditayangkan secara umum disemua media (Larkin, Berry, Dawson, & Lay, 2011).

Setiap olahraga baik individu maupun beregu pasti dipimpin oleh pengadil dalam suatu pertandingan serta terdapat juri dalam suatu perlombaan. Pemimpin dan pengadil dalam suatu pertandingan memiliki peran penting dalam suatu pertandingan karena memiliki fungsi sebagai pengatur jalannya pertandingan agar lancer dan berjalan dengan baik. Biasanya dalam suatu pertandingan olahraga individu maupun beregu pengadil tersebut bernama "WASIT". Dalam hal ini yang akan dibahas adalah pengadil atau wasit dalam bidang sepakbola. Wasit disini dianggap seseorang yang mengetahui, memahami dan menguasai peraturan permainan sepakbola sehingga wasit dituntut mampu menerapkan peraturan peraturan secara *objektif* dan bersikap netral dalam memimpin suatu pertandingan.

Wasit memiliki hubungan langsung dengan pemain sehingga wasit dan pemain akan membentuk situasi permainan yang secara langsung akan memiliki pengaruh pada situasi pertandingan. Di setiap keputusan yang diambil oleh wasit juga mempengaruhi pemain. Oleh sebab itu wasit memegang peranan yang sangat penting dalam menjalankan tugasnya sehingga dituntut dapat mengadilkan situasi yang terjadi dalam permainan agar permainan berjalan lancar. Selain menguasai

keadaan, wasit juga harus memiliki kecakapan, keterampilan dan ketegasan karena hal itulah dapat diperoleh hasil yang baik dalam melaksanakan tugasnya.

Wasit harus cepat, tepat dan cermat dalam mengambil keputusan dan menerapkan peraturan yang sesuai dengan situasi sehingga wasit juga harus dapat mengamati kejadian dengan cermat, objektif, teliti dalam menganalisa, menafsirkan, serta menarik kesimpulan yang terjadi. Namun di Indonesia masik banyak diwarnai aksi protes terhadap wasit, baik yang langsung dilakukan oleh pemain, penonton, maupun pelatih. Hal tersebut menandakan bahwa pemain, pelatih, *official,* maupun penonton masih banyak yang kurang memahami tentang peraturan permainan dan peraturan pertandingan sepakbola. Kondisi seperti ini dapat mempengaruhi kemajuan perwasitan sepakbola dan permainan sepakbola di Indonesia. Sosialisai tentang peraturan permainan sepakbola di Indonesia sangat penting karena kalua semua pemain, pelatih, *official*, dan penonton dapat memperlancar pertandingan. Untuk menyesosisalisasikan tentang perturan sepakbola ini sangat penting bagi pelatih atau pemain dari usia dini maupun sampai tingkat professional.

PSSI membentuk cabang-cabang di tingkat provinsi dan kabupaten seperti ASPROV dan ASKOT/ASKAB. Pembentukan ASPROV cabang olahraga sepakbola merupakan salah satu usaha regenerasi atau pencarian atlet atau wasit-wasit yang berkualitas. ASPROV PSSI Daerah Istimewa Yogyakarta merupakan salah satu PSSI cabang di Daerah Istimewa Yogyakarta, yang mengelola dan melakukan pembinaan terhadap atlet-atlet sepakbola dan wasit-wasit sepakbola prestasi di Daerah Istimewa Yogyakarta. Berdasarkan data yang peneliti peroleh

dari ASPROV PSSI Daerah Istimewa Yogyakarta pada tanggal 20 Agustus 2021 wasit sepakbola yang berlisensi C-2 dan C-1 yang berada di Daerah Istimewa Yogyakarta berjumlah 109 wasit dan tergabung dalam beberapa daerah Asosiasi Kabupaten yang berada di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta, yaitu: Kabupaten Sleman, Kabupaten/Kota Yogyakarta, Kabupaten Kulon Progo, Kabupaten Gunung Kidul, dan Kabupaten Bantul (*Database* ASPROV PSSI DIY (Wasit): 2021). Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta memiliki beberapa wasit yang sudah mengantongi lisensi FIFA seperti: Fariq Hitaba (wasit), dan Azizul Alimmudin (*Linesman*). Disamping itu juga Daerah Istimewa Yogyakarta adalah daerah yang sering digunakan untuk kompetisi resmi PSSI seperti *Elite Pro Academy* U 16, U 18, dan U 20, bahkan sampai dengan Liga 1 series 3 dan 4. Sementara itu salah satu wasit di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta pernah mendapat gelar wasit terbaik pada ajang Piala Menpora 2021 adalah Agus Fauzan Arifin, setelah memimpin partai final antara persija vs persib yang berlangsung di stadion Manahan Solo. Dalam faktor psikologi dari beberapa perwakilan wasit berlisensi C-2 dan C-1 di Daerah Istimewa Yogyakarta saat melakukan wawancara, mengatakan bawah ketika memimpin pertandingan masih ada dan sering mengalami kecemasan, maupun kurang konsentrasi baik itu di level amatir maupun professional sehingga permasalahan ini menjadi faktor penting untuk di teliti dari faktor psikologi wasit berlisensi C-2 dan C-1 di Daerah Istimewa Yogyakarta.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan dengan beberapa wasit berlisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta prestasi yang diperoleh wasit sepakbola Yogyakarta mengalami peningkatan. Jika dilihat,

ASPROV PSSI DIY dari segi manajemen yang mengurusi segala kebutuhan atlet, termasuk wasit telah memiliki jadwal latihan/penyegaran yang terstruktur dan instruktur tetap melakukan penyegaran meskipun masih dalam masa pandemi Covid-19. Faktor psikologi dari beberapa wasit berlisensi saat melakukan wawancara meskipun tanpa penonton, kondisi mental saat memimpin pertandingan di level amatir maupun professional pun sering mengalami kecemasan, kurang tenang, bahkan hilang konsentrasi dalam mengambil sebuah keputusan yang mutlak. Beberapa fenomena yang terjadi dalam persepakbolaan di Indonesia baik bertaraf professional maupun amatir sehingga masih terjadi permasalahan pada saat pertandingan berlangsung sehingga wasit menjadi tokoh utama dalam keputusan kontroversi yang terjadi.

Seorang wasit juga membutuhkan konsentrasi yang tinggi agar tidak terlambat mengambil keputusan, bertindak ragu-ragu ataupun salah mengambil keputusan yang akan mengakibatkan seorang wasit mengalami 3 kecemasan atau perasaan takut yang nantinya akan mempengaruhi keputusan dan objektivitas wasit tersebut.

Kecemasan yang dirasakan oleh wasit bersumber dari banyak faktor. Semakin banyaknya tekanan yang dia rasakan, akan semakin tinggi pula rasa cemas itu muncul. Akan tetapi, kecemasan yang dirasakan oleh setiap wasit berbeda-beda, tergantung situasi dan kondisi yang terjadi dilapangan. Maka dari itu peneliti mencoba mengungkapkan hal tersebut melalui penelitian yang diarahkan untuk mengetahui tingkat kecemasan wasit sepakbola yang ada di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta saat memimpin pertandingan.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas dapat diidentifikasikan masalah sebagai berikut:

1. Belum diketahui sumber kecemasan pada wasit sepakbola berlisensi C-2 dan C-1 yang ada di Provinsi Daerah Istimewa Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta.
2. Belum diketahui kecemasan wasit sepakbola berlisensi C-2 dan C-1 yang ada di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta saat memimpin pertandingan.
3. Belum diketahui kapan kecemasan wasit sepakbola berlisensi C-2 dan C1 terjadi.
4. Kecemasan dapat menganggu konsentrasi dan objektivitas wasit sepakbola berlisensi dalam memimpin pertandingan.

C. Batasan Masalah

Permasalahan terkait kecemasan wasit sepakbola berlisensi C-2 dan C-1 sangat komplek. Oleh sebab itu, agar pembahasan menjadi lebih fokus dan dengan pertimbangan segala keterbatasan penulis, masalah dalam penelitian ini dibatasi pada tingkat kecemasan wasit sepakbola berlisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang sudah diuraikan diatas, maka masalah dalam sekripsi ini dapat dirumuskan sebagai berikut: “Seberapa Tinggi tingkat kecemasan wasit sepakbola berlisensi C-2 dan C-1 yang ada di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta saat memimpin pertandingan”.

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui seberapa Tinggi tingkat kecemasan wasit sepakbola berlisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta saat memimpin pertandingan.

F. Manfaat Penelitian

1. Bagi penulis, penelitian ini syarat untuk kelulusan strata satu yang sedang ditempuh, yang diharapkan dapat menjadi penelitian yang berguna dikemudian hari.
2. Bagi wasit sepakbola, penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam mempersiapkan diri sebelum memimpin suatu pertandingan.
3. Bagi pelaku olahraga sepakbola khsususnya, penelitian ini dapat digunakan untuk masukan atau pengetahuan bahwa semua aspek yang berada didalam lapangan sangat penting dan mempunyai peran masing-masing yang bisa berpengaruh dalam pertandingan. Dan diharapkan untuk semua aspek dapat menghormati setiap detiknya pertandingan agar berjalan lancar serta dapat dinikmati dengan sebaik-baiknya oleh semua aspek.

BAB II
KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Hakikat Sepakbola

Sepakbola merupakan cabang olahraga yang berbentuk permainan dan didalamnya terdapat beberapa macam katerampilan dasar bermain sepak bola. Dalam permaianan sepak bola katerampilan dasar yang baik akan mampu menciptakan kerjasama dan kekompakan serta meningkatkan kualitas permainan sehingga akan menghasilkan kemenangan. Keterampilan dasar bermain sepak bola dapat dikembangkan dengan mempraktikkan gerak dasar permainan bola besar sederhana dengan peraturan yang dimodifikasi.

Sepakbola merupakan permainan yang sangat populer di Indonesia. Peraturan pemain sepakbola sangat sederhana. Sebelas pemain dalam satu tim dengan berbagai cara berusaha mencegah lawan mencetak gol ke gawang yang dijaganya dan dengan berbagai cara berusaha mencetak gol sebanyak – banyaknya ke gawang lawan. Pemain diperbolehkan menggunakan seluruh bagian tubuh kecuali tangan, aturan tersebut tidak berlaku pada pemain berposisi khusus penjaga gawang. Pemenang dalam pertandingan sepakbola adalah tim yang mencetak lebih banyak gol ke gawang lawan. (Nawan Primasoni dan Sulistiyono, 2018: 1)

Berdasarkan buku pedoman yang diterbitkan PSSI Sepakbola dimainkan di atas lapangan rumput berbentuk persegi panjang dengan ukuran panjang 100-110meter dan lebar 64-75meter yang dibatasi garis selebar 12centimeter serta dilengkapi 2 buah gawang yang tingginya 2,44meter dan lebar 7,32 meter (PSSI, 2009). Pertandingan sepakbola dimainkan oleh dua tim yang masing-masing tim

beranggotakan 11 orang. Masing-masing tim mempertahankan sebuah gawang dan mencoba menjebolkan gawang lawan. Setiap tim memiliki kiper yang mempunyai tugas untuk menjaga gawang (Luxbacher, 2011).

Adapun standar kompetensi dan kompetensi dasar yang digunakan untuk materi sepak bola adalah sebagai berikut: Teknik-teknik dasar dalam permainan sepak bola ada beberapa macam, yaitu *stop ball* (menghentikan bola), *shooting* (menendang bola ke gawang), *passing* (mengumpan), *heading* (menyundul bola), dan *dribbling* (menggiring bola). Di dalam memainkan bola, setiap pemain diperbolehkan menggunakan seluruh anggota badan kecuali tangan dan lengan. Hanya penjaga gawang yang diperbolehkan memainkan bola dengan kaki dan tangan.

Luxbacher (2014) mengatakan, “Sepakbola merupakan sesuatu yang umum diantara orang-orang dengan latar belakang dan keturunan yang berbeda-beda, sebuah jembatan yang menghubungkan jenjang ekonomi, politik, kebudayaan, dan agama”. Dikenal sebagai bola kaki hampir diseluruh dunia, sepakbola merupakan olahraga internasional hampir diseluruh negara di Asia, Afrika, Eropa, dan Amerika Selatan. Oleh sebab itulah tanpa diragukan lagi, sepakbola merupakan permainan yang paling terkenal. Pada dasarnya sepakbola adalah permainan yang sederhana. Permainan ini bertujuan untuk memasukkan bola ke dalam gawang lawan, tanpa menggunakan tangan atau lengan. Tim yang mencetak gol terbanyak adalah pemenang” (Gifford, 2010) dalam

Dari beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa sepakbola adalah permainan antara 2 (dua) regu yang masing-masing regu terdiri dari 11 (sebelas)

orang dan dimainkan dengan kaki, kecuali penjaga gawang, boleh menggunakan tangan dan lengan di area kotak penalti. Setiap tim berusaha untuk memasukan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan menjaga gawangnya dari kemasukan bola oleh serangan lawan.

2. Hakikat Wasit

a. Pengertian Wasit

Wasit adalah seseorang yang bertugas untuk memimpin jalannya pertandingan, jadi peranan wasit saat pertandingan sangat penting. *Federation Internationale de Football Association* (FIFA) melindungi penuh wasit sepakbola yang bertugas dimanapun, (Dedy Sumiyarsono dalam Dimas Budi (2015: 23).

Tingkat kecemasan wasit sepak bola yang tinggi terhadap faktor-faktor internal dari wasit dan faktor eksternal di lapangan sangatlah mempengarahui kinerja wasit di lapangan. Kecemasan yang merupakan kondisi negative emosional dari diri seseorang dibarengi dengan persaan gugup, ketakutan, serta kawatir dapat menimbulkan human error (Weinberg & Gould, 2019). Kesalahan wasit selama pertandingan menjadi indikator mengurangi performa wasit di lapangan mulai dari percaya diri, konsentrasi dan intelegensi. Kondisi tidak hanya dialami oleh wasit sepak bola, seperti temuan dari (Hancock & Ste-Marie, 2014) dan (Muhammad, Rumini, & Nasuka, 2016) yang menjelaskan bagaimana wasit Hoki es dan wasit Bola Voli memiliki tingkat kecemasan tinggi selama memimpin pertandingan dikarenakan faktor stress, kurang percaya diri, tekanan pertandingan dan kualitas intelensi dari wasit itu sendiri. Wasit yang memiliki kompetensi bagus dan jam terbang yang tinggi akan mendapatkan tempat utama dalam suatu kompetisi

(Aguirre-Loaiza et al., 2020), namun keadaan terbalik sering terjadi dimana wasit dengan Level rendah mampu memimpin dengan baik berdasarkan pengalaman dan tingkat percaya dirinya yang tinggi. Landasan empiris yang membedakan wasit adalah wasit yang sangat terampil terutama mengacu pada pengambilan keputusan, pengembangan potensi diri, dan yang mampu melakukan update pelatihan dengan mencari informasi perkembangan terbaru (Larkin et al., 2011)

b. Kewenangan Wasit

Federation Internationale de Football Association (FIFA) sebagai otoritas sepakbola dunia melalui Peraturan permainan (*Laws of The Game*) menjelaskan kewenangan dan tugas wasit dengan jelas dan tegas bahwa setiap pertandingan sepakbola dipimpin oleh seorang wasit yang wewenangnya mutlak dalam menegakkan peraturan permainan pada pertandingan dimana wasit tersebut ditugaskan. Dimulai dari saat tiba di area lapangan pertandingan dan berlanjut sampai meninggalkan area lapangan setelah pertandingan usai. Kewenangan wasit diperpanjang saat bola sedang tidak dimainkan, untuk penundaan sementara, saat istirahat setengah pertandingan, dan untuk babak tambahan atau tendangan dari titik pinalti sesuai peraturan kompetisi atau turnamen, dengan demikian wasit dapat menghukum pemain, pemain pengganti atau pemain yang digantikan selama kekuasaannya memimpin pertandingan belum berakhir, termasuk mengusir ofisial yang melakukan perbuatan yang tidak baik.

Dengan demikian, sekali lagi dapat kita simpulkan bahwa urusan di arena olahraga yang berkaitan dengan perangkat pertandingan termasuk atlet dan *official* hanya akan dihukum oleh organisasi olahraga yang menjadi induk organisasi yang

bersangkutan dan tidak oleh aparat penegak hukum. Sinyal wasit dibatasi hanya pada sinyal yang telah disetujui atau diizinkan oleh *Federation Internationale de Football Association* (FIFA) (misalnya peluit memulai pertandingan, mengakhiri pertandingan, tendangan pinalti, tendangan bebas langsung dan tidak langsung, tendangan gawang, tendangan sudut dan saat dikeluarkannya kartu untuk peringatan atau pengusiran) dan jika benarbenar dirasakan perlu untuk menyampaikan informasi kepada pemain atau kepada asisten wasit dan wasit cadangan. Untuk memulai kembali pertandingan, wasit dapat memberi tanda kepada kedua tim dengan peluit, gerakan tangan, satu atau dua kata, anggukan sederhana atau tanda pengesahan lainnya.

Tanda-tanda tersebut harus benar-benar dimengerti oleh kedua tim. Peraturan permainan dibuat agar pertandingan dapat dimainkan dengan gangguan yang minimal, dan dalam hal ini menjadi tugas wasit untuk menghukum pelanggaran peraturan yang disengaja. Berdasarkan peraturan permainan yang dikeluarkan oleh *Federation Internationale de Football Association* (FIFA) maka hanya ada dua tanda yang wajib ditunjukkan oleh wasit pada saat memimpin pertandingan yaitu tanda tendangan bebas tidak langsung (mengangkat salah satu tangan ke atas) dan menunjukkan kartu hukuman kepada pemain (kartu merah atau kuning).

c. Kekuasaan Wasit

Pada Peraturan permainan (*Laws of the Game*: 2021) peraturan no 5 yaitu mengenai wasit, wasit mempunyai kekuasaan dan tugas dalam memimpin suatu pertandingan, yaitu:

1) Menegakkan peraturan permainan.
2) Memimpin pertandingan bekerjasama dengan asisten wasit dan ofisial keempat apabila ada penugasannya.
3) Memastikan bahwa setiap bola yang dipakai telah memenuhi persyaratan yang diuraikan dalam peraturan permainan no 2.
4) Memastikan bahwa perlengkapan pemain yang dipakai telah memenuhi persyaratan yang diuraikan dalam peraturan permainan no 4.
5) Bertindak sebagai pencatat waktu (*time keeper*) dan mencatat hasil pertandingan.
6) Menghentikan, menunda atau meninggalkan pertandingan atas pelanggaran peraturan berdasarkan penilaiannya.
7) Menghentikan, menunda atau mengakhiri pertandingan karena adanya gangguan atau campur tangan pihak luar dalam bentuk apapun.
8) Menghentikan pertandingan, jika menurut pendapatnya seorang pemain mengalami cedera serius dan memastikan bahwa pemain tersebut telah diangkat keluar lapangan, pemain yang cedera hanya boleh kembali ke lapangan permainan setelah pertandingan dimulai kembali.
9) Tetap melanjutkan permainan sampai bola diluar lapangn, jika menurut pendapatnya, pemain hanya mengalami cedera ringan.
10) Memastikan bahwa pemain yang mengeluarkan darah karena cedera meninggalkan lapangan permainan. Pemain hanya boleh kembali masuk ke lapangan permainan setelah menerima isyarat dari wasit yang telah yakin bahwa pendarahan telah berhenti.

11) Permainan tetap dilanjutkan bila tim yang dirugikan akan mendapatkan keuntungan dari pelanggaran yang dilakukan oleh lawannya, dan menghukum pelanggaran tersebut jika menurut pendapatnya keuntungan yang akan diberikan tidak dapat atau tidak mungkin terlaksana.
12) Memberikan hukuman terhadap pelanggaran yang paling berat apabila seorang pemain pada waktu yang bersamaan melakukan pelanggaran lebih dari satu kali.
13) Menjalankan tindakan disiplin terhadap pemain yang melakukan pelanggaran, baik berupa peringatan (kartu kuning) atau pengusiran dari lapangan permainan (kartu merah). Wasit tidak harus mengambil tindakan ini dengan segera, tapi harus melakukannya ketika bola tidak berada dalam permainan.
14) Melakukan tindakan terhadap ofisial tim yang bertindak dengan cara-cara yang tidak bertanggung jawab, dan mengusir atau mengeluarkan mereka dari lapangan permainan dan daerah sekitarnya apabila menurut pendapatnya hal itu diperlukan.
15) Bertindak atas saran asisten wasit mengenai insiden yang tidak dilihatnya.
16) Melarang orang yng tidak berkepentingan masuk lapangan permainan.
17) Memulai kembali pertandingan setelah dihentikan.
18) Menyerahkan kepada pejabat yang berwenang laporan pertandingan, termasuk pemberitahuan mengenai beberapa tindakan disiplin yang dilakukan terhadap pemain, ofisial tim dan segala insiden lainnya yang terjadi sebelum, selama dan setelah pertandingan itu.

d. Asisten Wasit

Wasit biasanya dibantu dua asisten wasit yang bertugas membantu mengontrol permainan dari sisi lapangan. Pada awalnya mereka disebut penjaga garis tetapi kemudian berganti nama menjadi asisten wasit. Sekarang ini asisten wasit mempunyai tanggung jawab yang besar dalam membantu wasit mengendalikan pertandingan. Berdasarkan Peraturan Permainan No. 6 dapat di tetapkan dua orang asisten wasit yang tugasnya untuk mengisyaratkan:

1) Kapan keseluruhan bagian bola telah meninggalkan lapangan permainan.
2) Tim mana yang berhak untuk suatu tendangan sudut, tendangan gawang atau lemparan ke dalam.
3) Kapan seorang pemain dapat dihukum karena berada dalam posisi *offside*.
4) Apabila ada permintan untuk pergantian pemain.
5) Tentang terjadinya pelanggaran atau insiden lain yang tidak terlihat oleh wasit.
6) Tentang terjadinya pelanggaran dan ketika itu asisten wasit berada pada posisi pandang yang lebih baik daripada wasit (hal ini termasuk dalam keadaan tertentu, pelanggaran yang terjadi didalam daerah pinalti).
7) Memeriksa apakah pada saat tendangan pinalti penjaga gawang telah bergerak keluar dari garis gawang sebelum bola ditendang dan apabila bola telah melewati garis gawang.

Asisten wasit juga membantu wasit untuk mengawasi atau mengamati pertandingan sesuai dengan Peraturan Permainan. Dalam hal-hal tertentu, asisten wasit dapat masuk lapangan permainan untuk membantu mengontrol jarak 9.15 meter.

e. *Official* Keempat

Peraturan Permainan yang diubah pada tahun 2014/2015 dimaksudkan untuk memperbolehkan *official* keempat berperan membantu wasit meski lebih terbatas dibanding peran asisten wasit. Secara rinci tugas dan tanggung jawab *official* keempat ditetapkan dalam Peraturan Permainan (*Laws of the Game* 2021) sebagai berikut:

1) *Official* keempat dapat ditunjuk sesuai dengan peraturan kompetisi dan bertugas bila salah satu dari tiga petugas pertandingan berhalangan atau tidak dapat melanjutkan tugasnya, kecuali apabila ditunjuk cadangan asisten wasit dua untuk membantu wasit selama pertandingan.
2) Mengacu pada peraturan kompetisi, penyelenggara menyatakan dengan jelas apabila jika wasit tidak dapat melanjutkan tugasnya, official keempat mengambil alih tugas wasit atau asisten wasit senior yang mengambil alih tugas wasit dan *official* keempat menjadi asisten wasit.
3) *Official* keempat membantu tugas-tugas administratif sebelum, selama dan setelah pertandingan berlangsung, sebagaimana yang diperintahkan oleh wasit
4) *Official* keempat bertanggung jawab atas prosedur pergantian pemain selama pertandingan berlangsung.
5) *Official* keempat mengawasi segala jenis pergantian yang diminta. Ia harus menyediakan bola cadangan jika sewaktu-waktu wasit meminta agar bola diganti. Pergantian harus dilakukan segera agar meminimalkan waktu yang terbuang.

6) *Official* keempat berhak mengecek perlengkapan pemain pengganti sebelum mereka memasuki lapangan. Jika perlengkapan pemain tersebut tidak memenuhi syarat, *official* keempat harus memberitahu wasit
7) *Official* keempat memberikan supervisi jika perlu dilakukan pergantian bola. Apabila bola yang dipakai dalam pertandingan akan diganti, official keempat menyiapkan bola lain berdasarkan instruksi wasit.
8) *Official* keempat membantu wasit sepanjang pertandingan berlangsung. *Official* keempat harus mengingatkan wasit ketika wasit salah meemberikan kartu kuning kepada pemain, atau ketika seorang pemain tidak diusir wasit padahal pemain tersebut telah dua kali terkena kartu kuning, atau ketika terjadi kekasaran antar pemain yang tidak dilihat wasit dan asisten wasit, namun demikian pada hakekatnya hanya wasit yang berhak memutuskan segala urusan yang berhubungan dengan pertandingan yang sedang berlangsung.
9) Seusai pertandingan, *official* keempat harus membuat laporan untuk pengawas pertandingan atas kejadian atau insiden di lapangan. *Official* keempat harus menyampaikan kepada wasit dan asisten wasit tentang laporan yang dibuatnya.

Dari penjelasan di atas jelaslah bahwa seorang wasit maupun asisten wasit yang sedang memimpin suatu pertandingan tidak dapat diganti oleh siapapun juga kecuali yang bersangkutan menyatakan bahwa dia sudah tidak mampu melanjutkan tugasnya karena sakit, cedera atau secara mental sudah tidak sanggup memimpin pertandingan tersebut.

3. Pengertian Kecemasan

Sebelum memasuki pengertian tentang kecemasan wasit sepakbola, maka penulis terlebih dahulu akan menjelaskan tentang psikologi olahraga berikut ini. Psikologi adalah ilmu yang mempelajari perilaku manusia dalam hubungan dengan lingkungannya. Mulai dari perilaku sederhana sampai yang kompleks. Perilaku manusia yang disadari namun juga ada yang tidak disadari, dan perilaku yang ditampilkan seseorang dapat bersumber dari luar ataupun dari dalam dirinya sendiri. Ilmu psikologi diterapkan pula dalam bidang olahraga ini adalah untuk membantu agar bakat olahraga yang ada dalam diri seseorang dapat dikembangkan dengan sebaik-baiknya tanpa adanya hambatan dan faktor-faktor yang ada dalam kepribadiannya. Dengan kata lain,vtujuan umum dari psikologi adalah untuk membantu seseorang agar dapat menampilkan prestasi optimal, yang lebih baik dari sebelumnya.

> Albertine Minderop (2010:3) mengatakan bahwa “Psikologi adalah ilmu jiwa atau ilmu yang menyelidiki dan mempelajari tingkah laku manusia”, seperti saat menjalani latihan.

Meningkatnya stres dalam pertandingan olahraga dapat menyebabkan seseorang bereaksi secara negatif, baik dalam hal fisik maupun psikis, sehingga kemampuan olahraganya menurun. Mereka dapat menjadi tegang, denyut nadi meningkat, berkeringat dingin, cemas akan hasil pertandingannya, dan mereka meraakan sulit berkonsentrasi. Keadaan ini sering kali menyebabkan seorang individu tidak dapat menampilkan kemampuan terbaiknya seperti penampilan waktu latihan. Dari keadaan ini maka seseorang individu tersebut pun harus bisa menguasai terhadap bidang psikologi olahraga, khususnya dalam pengendalian stress.

Pada kepribadian manusia tidak semua sikap dan tingkah laku manusia itu sama secara dominan dalam diri seseorang individu. Banyak orang percaya bahwa masing-masing individu kepribadian dan pembawaan yang menandainya. Pembawaan yang mencakup dalam pikiran, perasaan, tingkah laku merupakan karakteristik seseorang yang menampilkan cara ia beradaptasi dan berkompromi dalam kehidupan. Seperti halnya kecemasan pada seseorang, bahwa seseorang individu yang memeliki kecemasan yang tinggi akan memiliki ambisi prestasi yang rendah dan sebaliknya jika seseorang individu memiliki kecemasan yang rendah akan memiliki ambisi yang besar untuk berprestasi.

Kecemasan sering dibicarakan dalam ilmu psikologi yang berkaitan dengan kondisi seseorang individu yang sering kali timbul bersifat negatif. Kecemasan biasanya berhubungan dengan perasaan takut mengecewakan orang lain, dan perasaan tidak enak lainya. Kecemasan-kecemasan tersebut membuat seseorang menjadi tegang, sehingga bila ia terjun dalam kompetisi atau pertandingan maka dapat dipastikan penampilanya tidak akan optimal. Untuk itu, banyak diketahui berbagai teknik untuk mengatasi kecemasan dan ketegangan yang pengunaannya dari macam kecemasannya. Kecemasan olahraga diperkirakan berhubungan dengan *mental toughness* (Raynaldi, Rachma, & Akbar, 2016). Banyak ahli olahraga yang berpendapat bahwa faktor psikologis yang berperan penting dalam pencapaian prestasi ditentukan oleh kematangan dan mental *toughness* (Clarasati & Jatmika, 2017). Kecemasan adalah kekhawatiran yang tidak jelas dirasakan oleh seseorang dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya (Stuart, 2016).

Kecemasan sering kali berkembang selama jangka waktu dan sebagian besar tergantung pada seluruh pengalaman hidup seseorang. Peristiwa-peristiwa atau situasi khusus dapat mempercepat munculnya serangan kecemasan. Sifat gangguan kecemasan dapat menghasilkan berbagai macam respon, baik respon fisik maupun respon fisiologis yang akan menganggu kenyamanan individu. Kecemasan mempunyai bermacam arti seperti yang dikemukakan oleh beberapa ahli berikut ini. Menurut Albertine Minderop (2010:27) yang menyatakkan bahwa.

Situasi apapun yang mengancam kenyamanan suatu organisme diasumsikan melahirkan suatu kondisi yang disebut *axitas* atau kecemasan. Berbagai konflik dan bentuk frustasi yang mengahambat kemajuan individu untuk mencapai tujuan merupakan salah satu sumber *axitas*. Ancaman yang dimaksud dapat berupa ancaman fisik, psikis, dan berbagai tekanan yang mengakibatkan timbulnya *axitas.* Kondisi ini diikuti oleh perasaan tidak nyaman dicirikan degan istilah kekhawatiran, takut, tidak bahagia yang dapat kita rasakan melalui berbagai level.

Kutipan ini menjelaskan bahwa semua situasi yang mengancam atau menganggu kenyamanan akan menghambat segala tujuan seorang individu untuk untuk mencapai suatu yang diinginkan. Hal ini dikarenakan individu tersebut merasa terancam atas apa saja tekanan yang menganggu perasaanya sehingga timbul *axienty*.

Dari berbagai pendapat-pendapat para ahli dapat disimpulkan bahwa kecemasan adalah suatu akan dilakukan dan belum terjadi yang ditandai dengan kekhawatiran, kurang percaya diri, kegelisahan yang kadang kala yang dapat menganggu kinerja fisioogis tubuh.

Kecemasan merupakan gejala psikologis yang umum terjadi dan setiap manusia sadar pasti pernah mengalaminya. Baik itu pada keadan sehari-hari, maupun saat menjalani situasi yang menurutnya sesuatu yang sangat penting, sehingga pola pikir menjadi negatif yang akan dampak kemampuannya.

Timbulnya kecemasan pada seseorang wasit sepakbola sebelum memimpin sebuah pertandingan sangat berdampak pada kinerjanya didalam lapangan. Kecemasan yang sangat tinggi akan mampu mengacaukan kinerja yang professional, karena wasit sebagai sebagai suatu sangat penting, kiranya seorang wasit diharapkan akan menjalankan fungsi secara baik dan benar dengan selalu menjujung tinggi rasa keadilan dan tanggung jawab terhadap terselenggarkannya pertandingan. Wasit mampu mencermati aturan-aturan dan langkah strategis dalam melaksanakan proses kegiatan kepemimpinan. Kemampuan professional wasit alam memahami aturan dan melaksanakan aturan yang tepat, baik hubungan dengan personal lain diluar lapangan maupun atlit di lapangan dalam proses pertandingan sangat membantu upaya keterlanjutan even atau tournament kearah yang lebih baik. Kecemasan para wasit sepakbola merupakan bagian yang tak terpisahkan dalam melaksanakan tugas memimpin pertandingan di dalam lapangan.

Dengan demikian kegagalan pada kepemimpinan wasit sepakbola terkadang salah satunya karna adanya kekurang mantapan mental yang terjadi karena adanya jiwa kecemasan sebelum menghadapi atau memimpin pertandingan. Perasaan cemas ini yang mengakibatkan terganggunya kemampuan individu dalam mengeluarkan segala kemampuan yang dimilikinya. Dengan sebab-sebab

kecemasan ini yang mengakibatkan menurunnya penampilan yang paa akhirnya membuat kegagalan alam memimpin pertandingan olahraga.

a. Macam-macam Kecemasan

Smith, Smoll, Cumming, dan Grossbard, (2006) membagi kecemasan olahraga menjadi 3, yaitu: *Somatic, Worry,* dan *Concentration disruption*. Aspek *Worry,* dan *Concentration disruption* merupakan aspek yang bersumber pada kecemasan kognitif. a) *Somatic*: mengindikasikan somatic dengan berbagai indeks *autonomic arousal* yang berpusat di perut dan otot. *Somatic anxiety* (kecemasan somatis) mengacu kepada perubahan fisiologi pada atlet. b) *Worry*: dapat dimulai dengan pikiran-pikiran otomatis yang negatif. Proses berpikir ini dimulai dengan secara selektif fokus pada isyarat mengancam dan menafsirkan mereka dalam sebuah cara yang tidak realistis dan mengancam. *Worry* diindikasikan dengan kekhawatiran tentang berkinerja buruk dan konsekuensi negatif yang dihasilkan. c) *Concentration disruption*: mengindikasikan kesulitan dalam berfokus pada isyarat tugas yang terkait.

Kecemasan merupakan emosi normal yang dialami oleh setiap orang. Banyak orang merasa cemas, atau gugup, ketika menghadapi masalah dalam menjalani sebuah pekerjaan, sebelum wasit sepakbola memimpin pertandingan atau membuat keputusan penting, namun jenis kecemasan adalah berbeda-beda. Kecemasan dapat menyebabkan distress demikian rupa sehingga menganggu kemampuan seorang untuk menjalani hidup normal sehingga dampak kecemasan wasit sebelum pertandingan akan mengalami bermacam-macam kesulitan.

Kecemasan sebagai suatu keadaan dan sebagai suatu sifat yang merupakan bagian dari kepribaian orang sulit untuk diminimalisir karena merupakan bawaan sejak lahir. Kecemasan merupakan penyakit mental yang serius. Seseorang yang mengalami kecemasan memiliki kekhawatiran dan ketakutan, sehingga penampilan pun akan berpengaruh (tentunya lebih buruk) dengan akibat penampilan menjadi lebih buruk.

Dengan mengetahui tentang berbagai macam jenis kecemasan dapat disimpulkan bahwa kecemasan merupakan suatu kondisi yang terjadi dalam kehidupan dan tidak terhindarkan pula suatu aktifitas jasmani dan olahraga. Dalam olahraga kompetetif kecemasan memegang peranan penting terhadap penampilan atlet dan wasit, kecemasan memiliki kecenderungan yang negatif. Penting sekali mengenali jenis-jenis kecemasan. Karena kecemasan yang terus-menerus dapat menimbulkan berbagai macam masalah sehingga dapat menganggu peforma maksimal atlet maupun kinerja wasit yang memimpin pertandingan. Mereka harus bias menjaga kondisi ketika mereka merasa lesu dan terpuruk (*down*) yang diakibatkan karena rasa cemas atau *nervous*.

b. Ciri-ciri Kecemasan

Kecemasan terkadang tidak dibawa sejak lahir, melainkan diperoleh kemudian. Kecemasan dating berubah-ubah dari suatu waktu-waktu yang lainnya, yang sangat dipengaruhi oleh kondisi dan situasi yang terjadi saat ini. Seorang manusia mengalami kecemasan dipicu oleh situasi tertentu yang dihadapi seseorang, misalnya situasi bertanding lebih mencemaskan dari pada situasi latihan, situasi latihan lebih mencemaskan dari pada situasi liburan dan seterusnya.

Kecemasan terhadap sesuatu yang akan dihadapi dapat mempengaruhi bahkan menjadi kendala dalam menjalani kehidupan yang lebih baik. Jadi, kecemasan terhadap sesuatu merupakan hasil ketidak mampuan dalam menghadapi berbagai masalah sehingga menjadi kendala dalam menjalani kehidupan.

Bila stress yang dialami seseorang terlalu besar baginya, sehingga tidak dapat dilakukan tindakan untuk mengatasi, atau bila stress yang dihadapi berlangsung terus-menerus, maka akan timbul kecemasan. Kecemasan adalah suatu perasaan yang tak berdaya, perasaan taka man tanpa sebab yang jelas. Perasaan cemas atau axienty jika dilihat dari kata "*axienty*" berarti perasaan tercekik. Kecemasan menunjukan gejala-gejala fisiologis yang sama dengan keadaan yang dirasakan. Seseorang dikatakan cemas atau mengalami kecemasan akan menunjukan ciri-ciri kecemasan atau tanda-tanda yang bisa dilihat secara fisik atau fisiologis.

c. Faktor-Faktor Kecemasan Wasit Sebelum Pertandingan

Kecemasan sebagai salah satu kajian psikologis yang unik dan menarik yang terjadi pada manusia dan olahragawan. Kejadian-kejadian yang penting dalam menghadapi, sebelum, saat dan akhir pertandingan dalam olahraga sangat dipengaruhi oleh tingkatan kecemasan dari pelaku olahraga, baik atlet, pelatih, wasit, maupun penonton. Perasaan cemas diakibatkan karena bayangan sebelum pertandingan dan saat pertandingan. Hal tersebut terjadi karena adanya tekanan-tekanan secara kejiwaan pada saat pertandingan atau sebelum pertandingan dan sifat kompetisi olahraga yang didalamnya sarat dengan perubahan dari keadaan permainan ataupun kondisi alam yang membuat menurunnya kepercayaan diri atau penampilan olahragawan.

Kesukaran yang muncul dilapangan tidak saja disebabkan oleh atlet, barangkali kurang dikuasainya (medan) lapangan oleh wasit itu sendiri, melainkan juga berbagai faktor-faktor eksternal yang mendukungnya. Seperti khawatir tentang sesuatu, gelisah, dan perilaku terguncang merupakan ciri-ciri orang yang cemas disebabkan oleh berbagai macam faktor.

Faktor-faktor secara umum terdiri dari dua faktor, yaitu: faktor kognitif dan faktor biologis:

1. Faktor Kognitif

Beberapa faktor kognitif terdiri dari sebagai berikut:

a) Prediksi berlebihan terhadap rasa takut. Orang dengan gangguan-gangguan kecemasan seringkali memprediksi secara berlebihan tentang seberapa besar ketakutan atau kecemasan yang akan mereka alami dalam situasi-situasi pembangkit kecemasan.

b) Keyakinan yang *self-defeating* atau irasional.

   Pikiran-pikiran yang cenderung membesar-besarkan resiko peristiwa kurang menguntungkan yang terjadi.

c) Sensitifitas berlebihan terhadap ancaman. Kita semua mempunyai sitem alarm internal sensitif terhadap sinyal ancaman.

d) Sensitif kecemasan

   Mereka memungkinkan lebih mudah sekali panik bila mereka mengalami tanda-tanda ketumbuhan dari kecemasan. Seperti jantung berdebar, nafas pendek, karena mereka menghadapi system-sitem ini sebagai datangnya malapetaka, seperti suatu serangan jantung.

e) Salah mengatribusikan sinyal-sinyal tubuh

Sinyal-sinyal tubuh ini dapat dapat muncul sebagai konsekuensi daro hiperventilasi yang tidak tereteksi, perubahan suhu, atau reaksi perubahan tubuh atau pengobatan tertentu. Atau hanya sekedar perubahan dalam keadaan tubuh yang sewajar-wajar saja yang biasanya tidak dirasakan oleh kebanyakan orang. Tetapi pada individu yang mudah panik, sinyal-sinyal tubuh dapat salah diatribusikan dan dianggap sebagai sesuati yang mengerikan, sehingga menjadi pendorong timbulnya serangan panik. *Self-efficacy* yang rendah. Bila anda percaya anda tidak punya kemampuan untuk menanggulangi tantangan-tantangan penuh stress yang anda hadapi dalam hidup, anda akan merasa makin cemas bila anda berhadapan dengan tantangan-tantangan itu.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa orang yang ketakutan, merasa terancam, sangat waspada, sulit berkonsentrasi, dan sebagainya merupakan kecemasan faktor karena prediksi berlebihan terhadap rasa takut, keyakinan yang *self-defeating* atau irasional, sensitifitas berlebihan terhadap ancaman, sensitifitas kecemasan, salah mengatribusikan sinyal-sinyal tubuh, dan *self-efficacy* yang rendah atau faktor ini disebut faktor kognitif.

2. Faktor biologis

Sedangkan dari beberapa faktor biologis terdiri dari:

a) Faktor genetik (faktor keturunan),

b) *Neurotransmiter*, ketidak keteraturan atau disfungsi dalam reseptor serotonin dan *norepinephrine* di otak juga memegang peran dalam ganguan-gangguan dalam kecemasan. Hal ini mungkin dapat menjelaskan mengapa obat-obat

antidepresi yang memengaruhi system neurotransmitter ini sering kali mempunyai efek menguntungkan dalam menghadapi beberapa tipe gangguan kecemasan, termasuk gangguan panik.

c) Aspek-aspek biokimia dalam gangguan panik. Komponen fisik yang kuat dalam gangguan panik telah membawah beberapa teoretikus untuk berspekulasi bahwa serangan-serangan panik mempunyai dasar biologis. Kemungkinan melibatkan sistem alrm yang difungsional diotak. Psikiater Donald Klein (1994) dalam jurnal (Sudarmo D.M 2021), mempunyai pendapat bahwa kerusakan dalam sistem alarm respiratori otak menyebabkan individu-indiviu yang mudah panik cenderung untuk menunjukan reaksi tubuh yang berlebihan terhadap sinyal-sinyal kekurangan udara yang barangkali terjadi karena aa sedikit perubahan paa taraf karbon dioksida dalam darah.

d) Aspek-aspek biologis dari gangguan obsesif-kompulsif. Model biologis lain yang akhir-akhir ini mendapat perhatian mengatakan bahwa gangguan obsesif-kompulsif dapat melibatkan keterangsangan yang meninggi dari apa yang diseut sebagai *sirkuit cemas (worry circuit),* suatu jaringan neural di otak yang ikut serta dalam memberi sinyal bahaya.

Dari penjelasan faktor biologis diatas dapat disimpulkan bahwa seorang yang gelisah, gemeter, banyak keringat, pening, sulit bernafas, leher kaku, perut mual, badan panas dingin, wajah memerah dan sebagainya merupakan ciri-ciri kecemasan dikarenakan faktor genetik (faktor keturunan). *Neurotransmitter,* aspek-aspek biokimia paa gangguan panik, dan aspek-aspek biologis dari gangguan obsesif-kompulsif atau hal disebut faktor biologis.

Instrumen dan teknik pengumpulan data penelitian menggunakan angket atau kuisioner yang berisi pernyataan atau pertanyaan yang kemudian di jawab oleh responden atau sampel tertentu dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono. 2019: 16-17). Adapun faktor instrinsik dalam diri seorang wasit yakni moral wasit itu sendiri saat memimpin pertandingan, moral adalah suatu tuntutan prilaku yang baik yang dimiliki individu sebagai moralitas, yang tercermin dalam pemikiran/konsep, sikap, dan tingkah laku. (Rizki Ananda, 2017: 21). Dari pengertian tersebut seorang wasit memiliki rasa tidak ragu-ragu dalam mengambil keputusan di suatu pertandingan. Sementara pengalaman bertanding yang dimiliki wasit sepakbola adalah seberapa banyak atau kuantitas mereka ketika memimpin pertandingan baik itu hanya sekedar ujicoba maupun saat pertandingan resmi berlangsung. Pikiran positif seorang wasit sepakbola saat memimpin pertandingan, mereka selalu merasa siap dalam hal mental seperti tidak takut salah atau tidak ragu-ragu saat mengambil keputusan, percaya diri saat memimpin pertandingan dan tentunya selalu bersikap *fair play* kepada pemain, pelatih maupun *official.*

Dari faktor ekstrinsik seorang wasit sepakbola dilihat dari bagaimana wasit tersebut dipengaruhi saat memimpin pertandingan baik itu dari pelatih, manajer, pemain maupun penonton. Seperti contoh seorang wasit harus bisa mengntrol emosi saat memimpin pertandingan atau dalam tidak mudah marah saat ada diantara pelatih, manajer, maupun pemain melakukan protes yang berlebihan.

Dari kedua faktor tersebut, dan bisa diambil kisi-kisi pernyataan atau pertanyaan, seperti moral, pengalaman bertanding, pikiran negatif, pikiran positif, pelatih dan manajer, pemain dan penonton. Dari beberapa indicator tersebut kisi-

kisi angket untuk melakukan ujicoba mengacu pada teori dari buku Mental *Training* Aspek-Aspek Psikologi dalam Olahraga (James Tangkudung dan Apta Mylsidayu, 2017).

B. Penelitian Relevan

Penelitian relevan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Bekky Muhadjirin (2011) yang berjudul: "Tingkat kecemasan wasit sepak bola di Kota Yogyakarta saat memimpin pertandingan". Hubungan dari penelitian tersebut dengan penelitian yang sedang saya kerjakan adalah penelitian tersebut meneliti tingkat kecemasan yang dirasakan seorang wasit berlisensi C-2 dan C-1 ketika memimpin pertandingan. Sampel yang saya gunakan dalam penelitian ini adalah wasit sepakbola, dengan menggunakan metode yang sama dan dengan instrumen yakni berupa angket, sehingga diharapkan hasil dari penelitian ini sejenis dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Bekky Muhadjirin. Namun yang membedakan dan membuat penelitian ini bukan penelitian yang dilakukan dengan menduplikasi penelitian sebelumnya adalah teknik yang saya gunakan dalam penelitian ini yakni *accidental sampling.*
2. Penelitian yang dilakukan oleh Barra Yusuf, dkk (2018) yang berjudul: "Tingkat Kecemasan Wasit Sebelum, Selama dan Sesudah Memimpin Pertandingan Futsal". Hubungan dari penelitian tersebut adalah meneliti tingkat kecemasan yang dirasakan seorang wasit futsal sebelum, selama, dan sesudah memimpin pertandingan, namun berbeda dengan penelitian yang sedang saya kerjakan adalah pada wasit sepakbola selama memimpin pertandingan.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Reta Kumalasari (2019) yang berjudul: “Tingkat Kecemasan Wasit Bola Basket Di Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan”. Dimana hubungan penelitian yang sedang saya kerjakan dengan penelitian ini yakni meneliti tingkat kecemasan yang dirasakan oleh wasit saat memimpin pertandingan, namun penelitian tersebut dilakukan pada cabang olahraga bola basket, sementara penelitian saya dilakukan pada wasit sepakbola yang berlisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta. Sedangkan instrumen yang dilakukan dalam penelitian ini adalah menggunakan angket.

C. Kerangka Berfikir

Olahraga sepakbola pasti dipimpin oleh pengadil dalam suatu pertandingan. Pemimpin dan pengadil dalam suatu pertandingan memiliki peran penting dalam suatu pertandingan karena memiliki fungsi sebagai pengatur jalannya pertandingan supaya berjalan dengan baik. Dalam hal ini yang akan dibahas adalah pengadil atau wasit dalam bidang sepakbola. Wasit disini dianggap seseorang yang mengetahui, memahami dan menguasai peraturan permainan sepakbola (*laws of the game*) sehingga wasit dituntut mampu menerapkan peraturan peraturan secara objektif dan bersikap netral dalam memimpin suatu pertandingan.

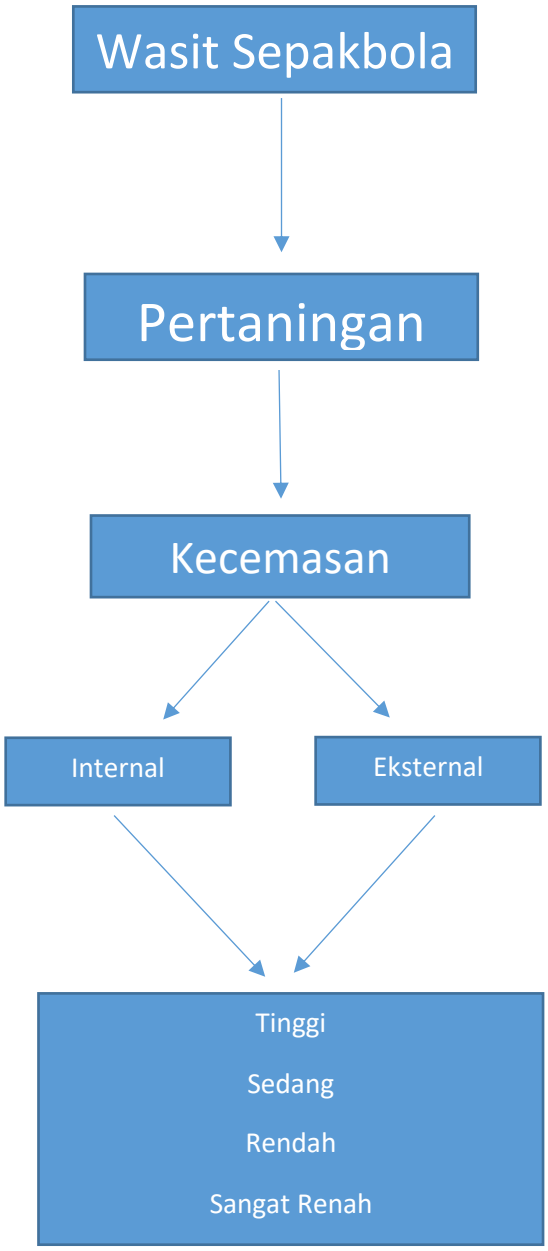
Wasit memiliki hubungan langsung dengan pemain, sehingga wasit dan pemain akan membentuk situasi permainan yang secara langsung akan memiliki pengaruh pada situasi pertandingan. Disetiap keputusan yang diambil oleh wasit juga mempengaruhi pemain. Oleh sebab itu wasit memegang peranan yang sangat penting dalam menjalankan tugasnya sehingga dituntut dapat mengadilkan situasi

yang terjadi dalam permainan agar permainan berjalan lancer. Selain menguasai keadaan, wasit juga harus memiliki kecakapan, keterampilan dan ketegasan karena hal itulah dapat diperoleh hasil yang baik dalam melaksanakan tugasnya. Wasit sepakbola harus membutuhkan konsentrasi yang tinggi agar tidak terlambat mengambil keputusan, bertindak ragu-ragu ataupun salah mengambil keputusan yang akan mengakibatkan seorang wasit mengalami 3 kecemasan atau perasaan takut yang nantinya akan mempengaruhi keputusan dan objektivitas wasit tersebut.

Kecemasan yang dirasakan oleh wasit bersumber dari banyak faktor. Semakin banyaknya tekanan yang dia rasakan, akan semakin tinggi pula rasa cemas itu muncul. Akan tetapi, kecemasan yang dirasakan oleh setiap wasit berbeda-beda, tergantung situasi dan kondisi yang terjadi dilapangan. Maka dari itu peneliti mencoba mengungkapkan hal tersebut melalui penelitian yang diarahkan untuk mengetahui tingkat kecemasan wasit sepakbola yang ada di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta saat memimpin pertandingan.

Kecemasan sebagai salah satu kajian psikologis yang menarik dan terjadi pada olahragawan. Kejadian-kejadian yang penting dalam menghadapi, sebelum, saat dan akhir pertandingan dalam olahraga sangat dipengaruhi oleh tingkatan kecemasan dari pelaku olahraga, baik atlet, pelatih, wasit, maupun penonton. Perasaan cemas diakibatkan karena bayangan sebelum pertandingan dan saat pertandingan. Hal tersebut terjadi karena adanya tekanan-tekanan secara kejiwaan pada saat pertandingan atau sebelum pertandingan dan sifat kompetisi olahraga yang didalamnya sarat dengan perubahan dari keadaan permainan ataupun kondisi alam yang membuat menurunnya kepercayaan diri atau penampilan olahragawan.

Berdasarkan uraian kerangka berfikir diatas maka perlu dilakukan penelitian terkait tingkat kecemasan wasit sepakbola berlisensi C-1 dan C-2 saat memimpin pertandingan yang dapat ditunjukkan dalam skema kerangka berpikir sebagai berikut:



Gambar 1. Kerangka Berfikir

D. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan tinjaun teori dan kerangka berfikir di atas, maka dapat dirumuskan pertanyaan penelitian adalah “Seberapa besar tingkat kecemasan wasit sepakbola berlisensi C-2 dan C-1 yang ada di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta saat memimpin pertandingan”.

BAB III
METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian adalah cara ilmiah untuk mendapatkan data yang valid dengan tujuan dapat ditemukan, dikembangkan, dan dibuktikan, suatu pengetahuan tertentu sehingga pada gilirannya dapat digunakan untuk memahami, memecahkan, dan mengantisipasi masalah (Sugiyono, 2019: 2).

Metode yang digunakan adalah metode survei dengan teknik pengumpulan datanya menggunakan angket. Cara penyampaian angket yakni angket disebar kepada responden yang sebelumnya sudah ditentukan kriterianya, kemudian para responden mengisi angket tersebut lalu dikembalikan kepada peneliti. Jenis pertanyaan tertutup dengan kemungkinan jawaban sudah ditentukan terlebih dahulu dan sampel tidak diberikan kesempatan memberi jawaban lain sehingga sampel diminta memilih salah satu jawaban yang dianggap sesuai dengan keadaan yang sebenarnya. Dalam penelitian ini, peneliti bermaksud untuk mengetahui gambaran mengenai tingkat kecemasan wasit sepakbola saat memimpin pertandingan.

Penelitian ini bermaksud mencari fakta yang terjadi dan selanjutnya menjelaskan secara deskriptif dengan menggunakan kata-kata atas fakta yang bersangkutan seperti apa adanya. Penelitian ini bermaksud mengetahui seberapa baik tingkat kecemasan wasit sepakbola berlisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta, dan berusaha mencari informasi, gambaran secara teratur, ringkas dan jelas mengenai suatu gejala peristiwa sehingga dapat ditarik makna tertentu ketika penelitian dilakukan.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

   Penelitian ini dilaksanakan di Daerah Istimewa Yogyakarta, pada Asosiasi Provinsi (ASPROV Yogyakarta).

2. Sampel Penelitian

   Seluruh wasit sepak bola di Daerah Istimewa Yogyakarta yang berlisensi C-2 dan C-1 yang tergabung dalam ASPROV PSSI Daerah Istimewa Yogyakarta.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi menurut Sugiyono (2019) adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi bukan hanya orang, tetapi juga objek-objek dan benda-benda alam yang lain. Populasi juga bukan sekedar jumlah yang ada pada objek atau subjek yang dipelajari, tetapi meliputi seluruh karakter atau sifat yang dimiliki oleh subjek atau objek tersebut. Di dalam penelitian ini 109 populasinya adalah wasit sepak bola di Daerah Istimewa Yogyakarta yang berlisensi C-2 dan C-1 yang tergabung dalam ASPROV PSSI Daerah Istimewa Yogyakarta.

2. Sampel

Sugiyono (2019) mengatakan bahwa sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki populasi tersebut. Apabila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi maka peneliti dapat

menggunakan sampel yang diambil dari populasi tersebut, dan sampel yang diambil dari populasi adalah sampel yang benar-benar representativ.

Penelitian ini, penulis menggunakan teknik *nonprobability sampling*, salah satunya adalah *Insidental Sampling* yang dimana teknik sampling ini adalah teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang secara kebetulan atau insidental bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang orang yang kebetulan ditemui cocok sebagai sumber data.

Alasan pengambilan sampel dengan cara *Insidental Sampling* adalah karena jumlah wasit sepakbola berlisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta, yang tersebar di lima kabupaten dan belum tentu bisa ditemui semua dalam satu waktu. Sehingga peneliti menggunakan teknik pengambilan sampling tersebut. Total sampel dalam penelitian ini adalah rencana sejumlah 45 orang wasit berlisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta.

D. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Berdasarkan pendapat Sugiyono (2019) adalah penentuan konstrak atau sifat yang akan dipelajari sehingga menjadi variabel yang dapat diukur. Definisi operasional yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Kecemasan adalah pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan mengenai kekhawatiran atau ketegangan yang dialami seseorang. Kecemasan ini meliputi faktor ekstrinsik dan intrinsik dalam pengambilan keputusan yang nantinya akan berdampak pada penampilan wasit yang diukur dengan instrument kecemasan.

2. Wasit adalah seorang yang bertugas memimpin jalannya sebuah pertandingan. Wasit dalam penelitian ini adalah wasit sepakbola berlisensi C-2 dan C-1 yang ada di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta.

Variabel dalam penelitian ini adalah tingkat kecemasan wasit di Yogyakarta saat memimpin pertandingan sepakbola. Kecemasan dalam penelitian ini adalah wasit sepakbola lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta yang ditandai dengan adanya gejala beban psikologis berupa kurang konsentrasi dan tentunya sering mengalami kecemasan saat memimpin pertandingan pada level amatir maupun professional.

E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan angket/kuisioner yang diwujudkan dalam bentuk pernyataan untuk meminta tanggapan dari responden. Berdasarkan pendapat Sugiyono (2019: 199) kuisioner merupakan teknik pengumpulan data di mana partisipan/responden mengisi pertanyaan atau pernyataan kemudian setelah diisi dengan lengkap mengembalikan kepada peneliti. Sedangkan butir-butir pertanyaan yang ditanyakan tersebut merupakan gambaran tentang tingkat kecemasan wasit saat memimpin pertandingan sepakbola.

Instrumen penelitian menurut Sugiyono (2019: 156) adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Instrumen penelitian bertujuan untuk mempermudah dalam proses penelitian agar mendapat data penelitian secara cermat dan sistematis. Hasil dari pengolahan data ini

kemudian akan dijadikan sebagai sebuah kesimpulan dari hasil penelitian, dan akan menjawab permasalahan yang ada. Instrumen yang digunakan berupa angket/kuesioner. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan *skala likert* , karena dibutuhkan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2019).

Angket atau kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan memberi pernyataan atau pertanyaan kepada responden untuk di jawabnya (Sugiyono, 2019: 199-200). Tujuan penyebaran angket ialah untuk mencari informasi yang lengkap mengenai suatu masalah dari responden. Angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket tertutup. Angket tertutup merupakan. angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden diminta untuk memilih satu jawaban yang sesuai dengan karakteristik dan keadaan dirinya. Angket tertutup bertujuan untuk membatasi jawaban dari responden agar terjadi kesamaan jawaban, sehingga memudahkan dalam proses pengolahan datanya. Butir-butir pertanyaan yang disajikan merupakan gambaran tentang kecemasan wasit sepakbola lisensi C-2 dan C-1 saat memimpin pertandingan.

1. Mendefinisikan konstrak

Langkah pertama adalah mendefinisikan konstrak yang berarti membatasi variabel yang akan diteliti. Dalam hal ini variabel yang diteliti adalah tingkat kecemasan wasit sepakbola berlisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta saat memimpin pertandingan.

2. Menyidik faktor

Menyidik faktor dilakukan untuk menyidik faktor atau sub variabel. Adapun faktor-faktor dalam penelitian ini adalah faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik.

3. Menyusun butir-butir instrumen

Penyusunan butir-butir instrumen mengacu pada faktor-faktor yang berpengaruh pada penelitian ini. Butir-butir instrumen disusun setelah faktor-faktor tersebut dijabarkan menjadi indikator-indikator yang lalu dikembangkan menjadi butir soal. Adapun langkah-langkah dalam mengembangkan instrumen adalah sebagai berikut ini:

a) Menjabarkan variabel menjadi faktor-faktor kedalam sub variabel dan indikator-indikator.
b) Menyusun tabel persiapan, yaitu dengan kisi-kisi angket.
c) Menyusun butir-butir pertanyaan.

Pernyataan-pernyataan yang disusun terdiri dari dua komponen item, yaitu *favourable* (pernyataan positif) dan *unfavourable* (pernyataan negatif). Alasanya, agar responden membaca seluruh pernyataan secara seksama. Oleh karenanya susunan pernyataan positif dan negatif tidak boleh mengikuti pola tertentu. Penempatannya harus dilakukan secara acak (*random*). Setiap item pada pernyataan tersebut memiliki lima pilihan jawaban, yaitu dapat dilihat pada tabel1:

Tabel 1. Alternatif Jawaban Angket

Pernyataan	Sangat Setuju (SS)	Setuju (S)	Ragu-Ragu (RG)	Tidak Setuju (TS)	Sangat Tidak Setuju (STS)
Favorable	5	4	3	2	1
Unfavorable	1	2	3	4	5

Pada tabel 1 diatas terdapat alternatif dari jawaban angket dengan pilihan angka 5,4,3,2, dan 1 yang selanjutnya dapat disusun beberapa butir pernyataan berdasarkan (Sugiyono, 2019). dari dua faktor instrinsik dan ekstrinsik tersebut, mengacu berdasarkan pada teori dari buku Mental *Training* Aspek-Aspek Psikologi dalam Olahraga, (James Tangkudung dan Apta Mylsidayu, 2017). sebagai berikut:

Tabel 2. Kisi-kisi Angket Uji Coba

Variabel	Faktor	Indikator	Butiran Pertanyaan		Jumlah
			Fav	***Unfav***	
Kecemasan	**Intrinsik**	Moral	**9,10**	**3,8,12,18**	**6**
		Pengalaman Memimpin Pertaningan	**1, 6, 11, 13**	**19, 22, 26**	**7**
		Pikiran Negatif	**-**	**5, 14, 15, 29, 34**	**5**
		Pikiran Positif	**4, 7, 16, 21, 23, 24, 32**	**-**	**7**
	Ekstrinsik	Pelatih dan Manajer	**20, 30, 36, 37**	**38**	**5**
		Penonton	**17, 33**	**27, 31**	**4**
		Pemain	**2, 28**	**25, 35**	**4**
Total					**38**

d) Konsultasi Ahli

Setelah butir-butir soal tersusun, langkah selanjutnya adalah melakukan konsultasi atau kalibrasi ahli yakni dosen *expert judgement* dalam penelitian ini. Konsultasi atau kalibrasi ahli dilakukan untuk menentukan kelayakan dari setiap butir-butir soal yang akan dibagikan.

F. Validitas dan Reabilitas Instrumen

1. Validitas Instrumen

Validitas adalah derajat ketepatan antara data yang terjadi pada obyek penelitian dengan daya yang dapat dilaporkan oleh peneliti, dengan demikian data yang valid adalah data (Sugiyono, 2019: 361). Perhitungan validitas instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas butir soal. Uji validitas ini digunakan untuk mengetahui apakah butir soal yang digunakan itu valid. Untuk menganalisis butir soal pada angket ini, peneliti menggunakan rumus *corelation product moment* dari Karl Pearson.

Analisa pada data penelitian ini menggunakan bantuan komputer program statistik *SPSS 26.0 version for windows X*. Pengukuran validitas suatu kuesioner dilakukan dengan cara membandingkan antara nilai *corrected item-total correlation* hasil perhitungan dengan tabel r *product moment* dengan taraf signifikansi 5%.

Kriteria validitas instrumen adalah nilai rhitung > rtabel taraf signifikansi C. Hasil validitas instrumen disajikan sebagai berikut:

Tabel 3. Hasil Uji Validitas

Butir	rhitung	rtabel	Keterangan
Butir 1	.478	.288	valid
Butir 2	.417		valid
Butir 3	.294		valid
Butir 4	.290		valid
Butir 5	.487		valid
Butir 6	.480		valid
Butir 7	.502		valid
Butir 8	.456		valid
Butir 9	.406		valid
Butir 10	.514		valid
Butir 11	.614		valid
Butir 12	.450		valid
Butir 13	.386		valid
Butir 14	.369		valid
Butir 15	.595		valid
Butir 16	.318		valid
Butir 17	.397		valid
Butir 18	.385		valid
Butir 19	.409		valid
Butir 20	.473		valid
Butir 21	.417		valid
Butir 22	.345		valid
Butir 23	.323		valid
Butir 24	.344		valid
Butir 25	.314		valid
Butir 26	.317		valid
Butir 27	.475		valid
Butir 28	.406		valid
Butir 29	.500		valid
Butir 30	.363		valid
Butir 31	.467		valid
Butir 32	.614		valid
Butir 33	.634		valid
Butir 34	.409		valid
Butir 35	.355		valid
Butir 36	.488		valid
Butir 37	.463		valid
Butir 38	.478		valid
TOTAL	1.000		

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa 38 butir pertanyaan dalam instrumen mempunyai nilai lebih besar dari rtabel (45) yaitu 0,288 dan dinyatakan valid.

2. Reliabilitas Instrumen

Tujuan dilakukannya uji reliabilitas adalah untuk mengetahui bahwa instrumen yang digunakan benar-benar dapat dipercaya, atau dapat diandalkan, sehingga dapat digunakan dalam penelitian selanjutnya. Karena syarat instrumen yang baik itu menuntut keajegan atau stabilitas hasil pengamatan dengan instrumen. Menurut Sugiyono (2019: 175), instrumen yang reliabel adalah instrumen yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur objek yang sama, akan menghasilkan data yang sama.

Hasil perhitungan r_n yang diperoleh kemudian diinterpretasikan dengan tabel pedoman untuk memberikan interpretasi terhadap koefisien korelasi seperti tabel 4 berikut:

Tabel 4. Intepretasi Nilai Reliabilitas Intrumen

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,800-1,000	Sangat Tinggi
0,600-0,799	Tinggi
0,400-0,599	Agak Rendah
0,200-0,339	Rendah
0,000-0,199	Sangat Rendah

(Arikunto, 2010: 319)

Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan *SPSS 26 for Windows* dengan menggunakan besarnya nilai *Cronbach's Alpha* dari variabel yang diuji. Apabila nilai *Cronbach's Alpha* lebih besar dari 0,6, maka jawaban responden dinyatakan reliabel.

Tabel 5. Nilai Reliabilitas Intrumen

Variabel	Nilai *Cronbach's Alpha*	Kesimpulan
Kecemasan	0,655	Tinggi

Berdasarkan hasil pengujian didapatkan hasil bahwa nilai reliabilitas instrumen sebesar 0,655 dan masuk dalam kategori tinggi. Hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa instrumen penelitian mempuanyai nilai reliabilitas tinggi dan layak untuk digunakan dalam penelitian ini

G. Teknik Analisis Data

Analisis atau pengelolaan data merupakan satu langkah penting dalam penelitian. Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan statistik deskriptif kuantitatif dengan persentase. Rumus yang digunakan untuk mencari persentase adalah sebagai berikut:

$$P=\frac{F}{N}X100\%$$

Keterangan:

P : Angka persentase

F : Frekuensi

N : Jumlah Subjek atau Responden

Pengkategorian menggunakan *Mean* dan Standar Deviasi. Untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) sebagai berikut:

Tabel 6. Norma Penilaian

Nomor	**Interval**	**Kategori**
1	M+ 1,5 SD < X	Sangat Rendah
2	M + 0,5 SD < X ≤ M + 1,5 SD	Rendah
3	M - 0,5 SD < X ≤ M + 0,5 SD	Sedang
4	M - 1,5 SD < X ≤ M - 0,5 SD	Tinggi
5	X ≤ M - 1,5 SD	Sangat Tinggi

Keterangan:

M : Nilai rata-rata (mean)

X : Skor

SD : Standar Deviasi

BAB IV
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Subjek Penelitian

Deskripsi subjek penelitian ini adalah wasit sepakbola ber lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta yang berhasil mengisi kuesioner berjumlah 45 wasit. Dengan rincian sebanyak 28 atau 62,22% wasit ber lisensi C-1 dan sebanyak 17 atau 37,78% wasit ber lisensi C-2. Kemudian Berdasarkan Jenis kelamin, deskripsi subjek penelitian ini sebanyak 44 atau 97,78% wasit berjenis kelamin laki-laki dan sebanyak 1 atau 2,22% wasit berjenis kelasmin perempuan.

2. Deskripsi Data Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, sehingga keadaan objek akan digambarkan sesuai dengan data yang diperoleh. Deskripsi data hasil penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui seberapa besar tingkat kecemasan wasit sepakbola ber lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta saat memimpin pertandingan, yang dijabarkan dengan 38 pertanyaan dan terdapat dua faktor, yaitu faktor intrinsik dan ekstrinsik. Deskripsi data penelitian tingkat kecemasan wasit sepakbola ber lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta saat memimpin pertandingan diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 7. Deskripsi Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan

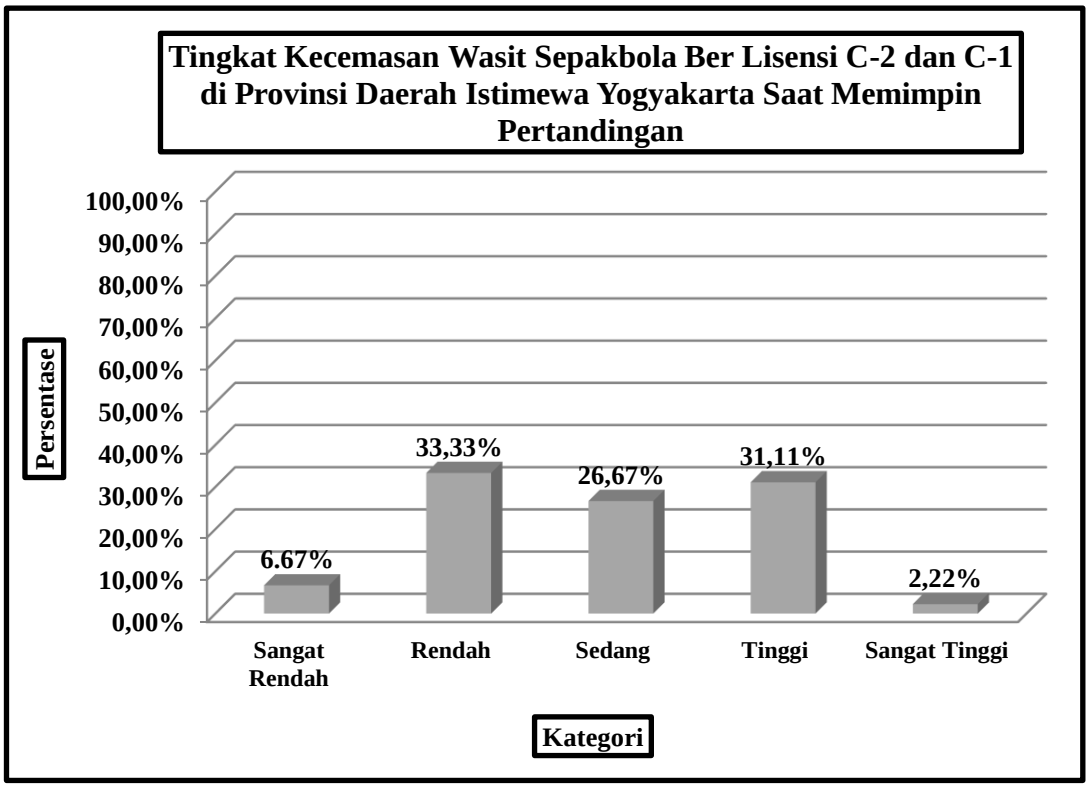
Statistik	Skor
Mean	165.7778
Std. Deviation	6.32775
Minimum	155.00
Maximum	182.00

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa skor *Mean*: 165.7778, Standar Deviasi: 6.32775, Nilai Minimum: 155, dan Nilai Maksimum: 188. Deskripsi hasil penelitian tersebut dapat dilihat pada tabel 8 berikut:

Tabel 8. Deskripsi Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan

Nomor	**Interval**	**Kategori**	**F**	**%**
1	$175 < X$	Sangat rendah	3	6,67
2	$168 < X \leq 175$	Rendah	15	33,33
3	162 SD $< X \leq 168$	Sedang	12	26,67
4	$156 < X \leq 162$	Tinggi	14	31,11
5	$X \leq 156$	Sangat tinggi	1	2,22
Jumlah			45	100

Apabila ditampilkan dalam diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 2. Diagram Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan

Berdasarkan tabel dan gambar di atas diketahui Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan berada pada kategori sangat rendah sebesar 6,67% (3 wasit), pada kategori rendah sebesar 33,33% (15 wasit), pada kategori sedang sebesar 26,67% (12 wasit), pada kategori tinggi 32,33% (14 wasit), dan pada kategori sangat tinggi 6.67% (3 wasit). Berdasarkan nilai rata-rata sebesar 165,7778 dapat disimpulkan bahwa Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan dalam kategori sedang.

Kemudian hasil penelitian berdasarkan masing-masing faktor, diuraikan sebagai berikut:

a. Faktor Instrinsik

Faktor yang pertama dalam Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan adalah Faktor Instrinsik. Faktor instrinsik terdiri dari faktor moral, pengalaman bertanding, pikiran negatif, dan pikiran positif. Hasil deskriptif disajikan sebagai berikut:

Tabel 9. Deskripsi Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan Faktor Instrinsik

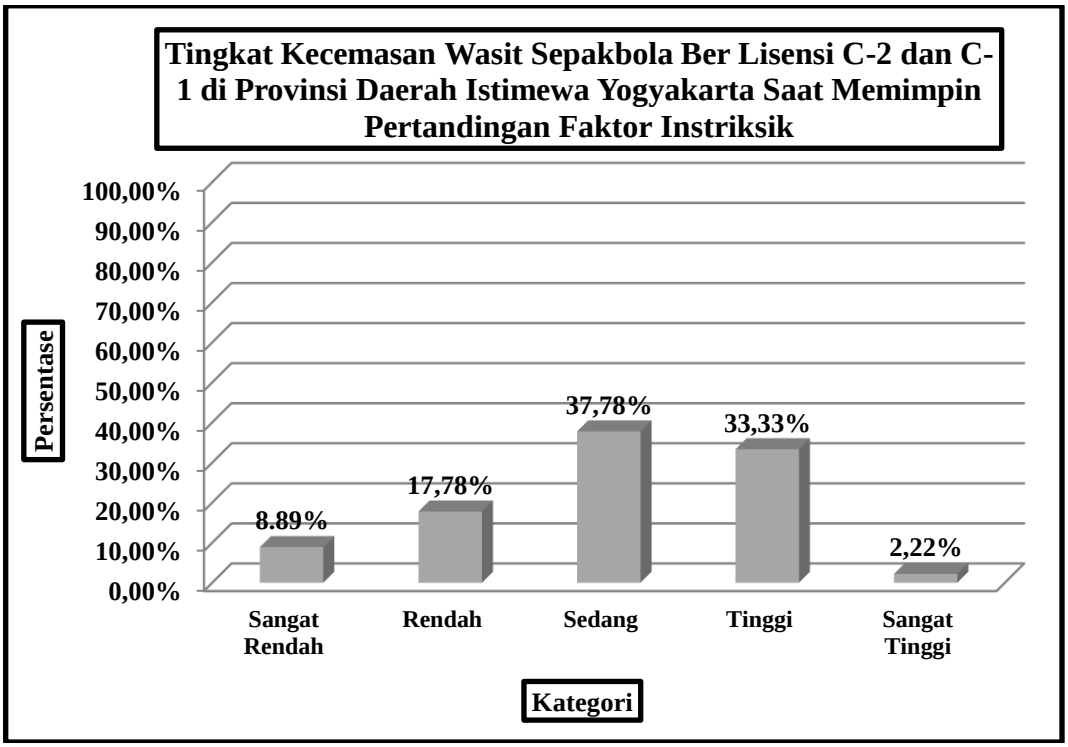
Statistik	Skor
Mean	110.3556
Std. Deviation	4.00088
Minimum	102.00
Maximum	121.00

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa skor *Mean*: 110.3556, Standar Deviasi: 4.00088, Nilai Minimum: 102, dan Nilai Maksimum: 121. Deskripsi hasil penelitian tersebut dapat dilihat pada tabel 10 berikut:

Tabel 10. Deskripsi Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan Faktor Instrinsik

Nomor	**Interval**	**Kategori**	**F**	**%**
1	$116 < X$	Sangat rendah	4	8,89
2	$112 < X \leq 116$	Rendah	8	17,78
3	$108 < X \leq 112$	Sedang	17	37,78
4	$104 < X \leq 108$	Tinggi	15	33,33
5	$X \leq 104$	Sangat tinggi	1	2,22
Jumlah			45	100

Apabila ditampilkan dalam diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 3. Diagram Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan pada Faktor Instrinsik

Berdasarkan tabel dan gambar di atas diketahui Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan pada faktor instrinsik berada pada kategori sangat rendah sebesar 8,89% (4 wasit), pada kategori rendah sebesar 17,78% (8 wasit), pada kategori sedang sebesar 37,78% (17 wasit), pada kategori tinggi 33,33% (15 wasit), dan pada kategori sangat tinggi 2.22% (1 wasit). Berdasarkan nilai rata-rata sebesar 110.3556 dapat disimpulakan bahwa Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan pada faktor instrinsik dalam kategori sedang.

1) Moral

Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan pada Faktor instrinsik sub faktor moral terdiri dari 7 butir pertanyaan. Hasil deskriptif disajikan sebagai berikut:

Tabel 11. Deskripsi Faktor Instrinsik Sub Faktor Moral

Statistik	Skor
Mean	26.6222
Std. Deviation	2.01459
Minimum	22.00
Maximum	30.00

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa skor *Mean*: 26.6222, Standar Deviasi: 2.01459, Nilai Minimum: 22.00, dan Nilai Maksimum: 30.00. Deskripsi hasil penelitian tersebut dapat dilihat pada tabel 10 berikut:

Tabel 12. Deskripsi Faktor Instrinsik Sub Faktor Moral

Nomor	**Interval**	**Kategori**	**F**	**%**
1	$29,64 < X$	Sangat rendah	4	8,89
2	$27,63 < X \leq 29,64$	Rendah	12	26,67
3	$25,61 < X \leq 27,63$	Sedang	16	35,55
4	$23,60 < X \leq 25,61$	Tinggi	10	22,22
5	$X \leq 23,60$	Sangat tinggi	3	6,67
Jumlah			45	100

Berdasarkan tabel di atas diketahui Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan pada faktor instrinsik Sub Faktor Moral berada pada kategori sangat rendah sebesar 8,89% (4 wasit), pada kategori rendah sebesar 26,67% (12 wasit), pada kategori sedang sebesar 35,55% (16 wasit),

pada kategori tinggi 22,22% (10 wasit), dan pada kategori sangat tinggi 6,67% (3 wasit). Berdasarkan nilai rata-rata sebesar 26.6222 dapat disimpulkan bahwa Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan pada faktor instrinsik Faktor Instrinsik Sub Faktor Moral dalam kategori sedang.

2) Pengalaman Bertanding

Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan pada Faktor instrinsik sub faktor pengalaman bertanding terdiri dari 7 butir pertanyaan. Hasil deskriptif disajikan sebagai berikut:

Tabel 13. Deskripsi Faktor Instrinsik Sub Faktor Pengalaman Bertanding

Statistik	Skor
Mean	31.2889
Std. Deviation	1.53182
Minimum	28.00
Maximum	34.00

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa skor *Mean*: 31.2889, Standar Deviasi: 41.53182, Nilai Minimum: 28.00, dan Nilai Maksimum: 34.00. Deskripsi hasil penelitian tersebut dapat dilihat pada tabel 14 berikut:

Tabel 14. Deskripsi Faktor Instrinsik Sub Faktor Pengalaman Bertanding

Nomor	**Interval**	**Kategori**	**F**	**%**
1	$33,59 < X$	Sangat rendah	3	6,67
2	$32,05 < X \leq 33,59$	Rendah	7	15,56
3	$30,52 < X \leq 32,05$	Sedang	22	48,50
4	$28,99 < X \leq 30,52$	Tinggi	11	24,44
5	$X \leq 28,99$	Sangat tinggi	2	4,44
Jumlah			45	100

Berdasarkan tabel di atas diketahui Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan pada faktor instrinsik Sub Faktor Pengalaman Bertanding berada pada kategori sangat rendah sebesar 6,67% (3 wasit), pada kategori rendah sebesar 15,56% (7 wasit), pada kategori sedang sebesar 48,50% (22 wasit), pada kategori tinggi 24,44% (11 wasit), dan pada kategori sangat tinggi 4,44% (2 wasit). Berdasarkan nilai rata-rata sebesar 31.2889 dapat disimpulkan bahwa Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan pada Faktor Instrinsik Sub Faktor Pengalaman Bertanding, dalam kategori sedang.

3) Pikiran Negatif

Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan pada Faktor instrinsik sub faktor pikiran negatif terdiri dari 5 butir pertanyaan. Hasil deskriptif disajikan sebagai berikut:

Tabel 15. Deskripsi Faktor Instrinsik Sub Faktor Pikiran Negatif

Statistik	Skor
Mean	22.1111
Std. Deviation	1.31809
Minimum	20.00
Maximum	24.00

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa skor *Mean*: 22.1111, Standar Deviasi: 1.31809, Nilai Minimum: 20.00, dan Nilai Maksimum: 24.00. Deskripsi hasil penelitian tersebut dapat dilihat pada tabel 16 berikut:

Tabel 16. Deskripsi Faktor Instrinsik Sub Faktor Pikiran Negatif

Nomor	Interval	Kategori	F	%
1	24,08 < X	Sangat rendah	0	0,00
2	22,77 < X ≤ 24,08	Rendah	19	42.22
3	21,45 < X ≤ 22,77	Sedang	10	22.22
4	20,13 < X ≤ 21,45	Tinggi	10	22.22
5	X ≤ 2013	Sangat tinggi	6	13.33
Jumlah			45	100

Berdasarkan tabel di atas diketahui Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan pada faktor instrinsik Sub Faktor Pikiran Negatif berada pada kategori sangat rendah sebesar 0,00% (0 wasit), pada kategori rendah sebesar 42,22% (19 wasit), pada kategori sedang sebesar 22,22% (10 wasit), pada kategori tinggi 22,22% (10 wasit), dan pada kategori sangat tinggi 13,33% (6 wasit). Berdasarkan nilai rata-rata sebesar 22.1111 dapat disimpulkan bahwa Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan pada Faktor Instrinsik Sub Faktor Pikiran Negatif dalam kategori sedang.

4) Pikiran Positif

Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan pada Faktor instrinsik sub faktor pikiran positif terdiri dari 7 butir pertanyaan. Hasil deskriptif disajikan sebagai berikut:

Tabel 17. Deskripsi Faktor Instrinsik Sub Faktor Pikiran Positif

Statistik	Skor
Mean	30.3333
Std. Deviation	1.78377
Minimum	26.00
Maximum	34.00

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa skor *Mean*: 30.3333, Standar Deviasi: 1.78377, Nilai Minimum: 26.00, dan Nilai Maksimum: 34.00. Deskripsi hasil penelitian tersebut dapat dilihat pada tabel 18 berikut:

Tabel 18. Deskripsi Faktor Instrinsik Sub Faktor Pikiran Positif

Nomor	**Interval**	**Kategori**	**F**	**%**
1	$33 < X$	Sangat rendah	1	2.22
2	$31,22 < X \leq 33$	Rendah	10	22.22
3	$29,44 < X \leq 31,22$	Sedang	21	46.67
4	$27,66 < X \leq 29,44$	Tinggi	11	24.44
5	$X \leq 27,66$	Sangat tinggi	2	8.30
Jumlah			45	100

Berdasarkan tabel dan gambar di atas diketahui Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan pada faktor instrinsik Sub Faktor Pikiran Positif berada pada kategori sangat rendah sebesar 2,22% (1 wasit), pada kategori rendah sebesar 22,22% (10 wasit), pada kategori sedang sebesar 46,67% (21 wasit), pada kategori tinggi 24,44% (11 wasit), dan pada kategori sangat tinggi 8,30% (2 wasit). Berdasarkan nilai rata-rata sebesar 30.3333 dapat disimpulkan bahwa Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan pada Faktor Instrinsik Sub Faktor Pikiran Positif dalam kategori sedang.

b. Faktor Ekstrinsik

Faktor yang kedua dalam Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan adalah Faktor Ekstrinsik. Faktor ekstrinsik terdiri dari pelatih dan manajer, penonton, dan pemain. Hasil deskriptif disajikan sebagai berikut:

Tabel 19. Deskripsi Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan Faktor Ekstrinsik

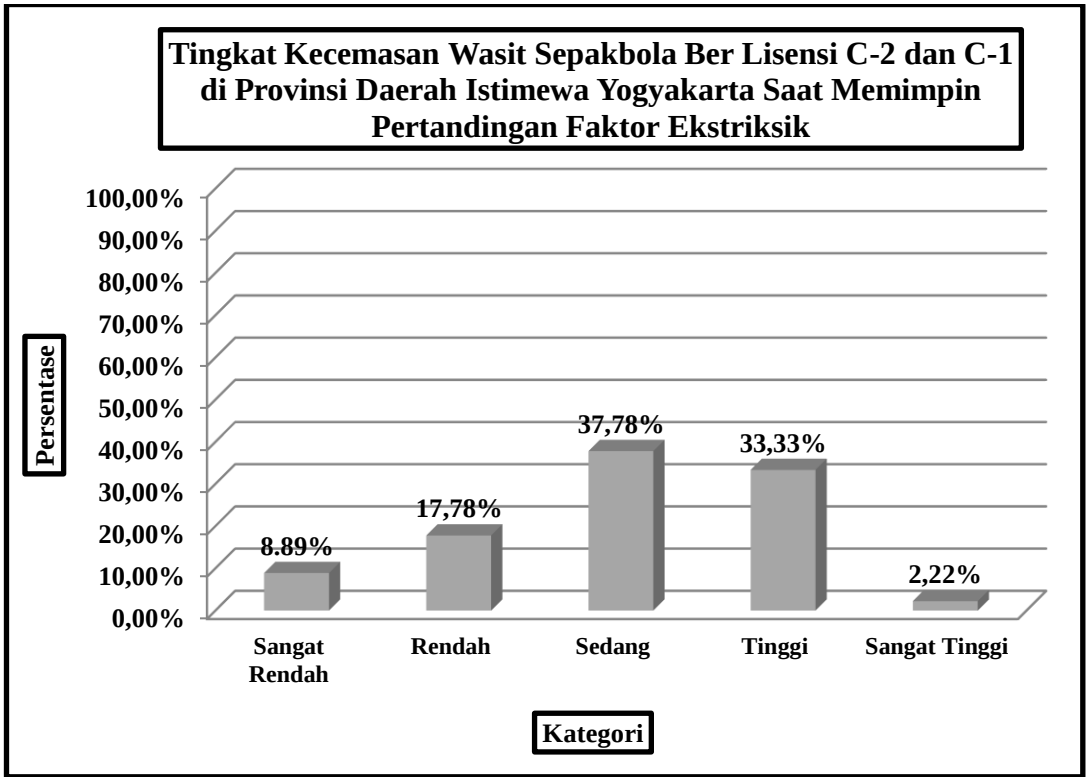
Statistik	Skor
Mean	55.4222
Std. Deviation	4.36145
Minimum	47.00
Maximum	62.00

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa skor *Mean*: 55.4222, Standar Deviasi: 4.36145, Nilai Minimum: 47, dan Nilai Maksimum: 62. Deskripsi hasil penelitian tersebut dapat dilihat pada tabel 20 berikut:

Tabel 20. Deskripsi Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan Faktor Ekstrinsik

Nomor	**Interval**	**Kategori**	**F**	**%**
1	$62 < X$	Sangat rendah	0	0,00
2	$58 < X \leq 62$	Rendah	12	26,67
3	$53 < X \leq 58$	Sedang	19	42,22
4	$49 < X \leq 53$	Tinggi	10	22,22
5	$X \leq 49$	Sangat tinggi	4	8,89
Jumlah			45	100

Apabila ditampilkan dalam diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 4. Diagram Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan pada Faktor Ekstrinsik

Berdasarkan tabel dan gambar di atas diketahui Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan pada faktor Ekstrinsik berada pada kategori sangat rendah sebesar 0,00% (0 wasit), pada kategori rendah sebesar 26,67% (12 wasit), pada kategori sedang sebesar 42,22% (19 wasit), pada kategori tinggi 22,22% (10 wasit), dan pada kategori sangat tinggi 8,89% (4 wasit). Berdasarkan nilai rata-rata sebesar 55.4222 dapat disimpulakan bahwa Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan pada faktor Ekstrinsik dalam kategori sedang.

1) Pelatih dan Manajer

Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan pada Faktor ekstrinsik sub faktor pelatih dan manajer terdiri dari 5 butir pertanyaan. Hasil deskriptif disajikan sebagai berikut:

Tabel 21. Deskripsi Faktor Ekstrinsik Sub Faktor Pelatih dan Manajer

Statistik	Skor
Mean	19.8444
Std. Deviation	1.99949
Minimum	15.00
Maximum	23.00

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa skor *Mean*: 19.8444, Standar Deviasi: 1.99949, Nilai Minimum: 15.00, dan Nilai Maksimum: 23.00. Deskripsi hasil penelitian tersebut dapat dilihat pada tabel 22 berikut:

Tabel 22. Deskripsi Faktor Ekstrinsik Sub Faktor Pelatih dan Manajer

Nomor	**Interval**	**Kategori**	**F**	**%**
1	22,84 < X	Sangat rendah	1	2.22
2	20,84 < X ≤ 22,84	Rendah	21	46.67
3	18,84 < X ≤ 20,84	Sedang	15	33.33
4	16,84 < X ≤ 18, 84	Tinggi	4	8.89
5	X ≤ 16,84	Sangat tinggi	4	8.89
Jumlah			45	100

Berdasarkan tabel di atas diketahui Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan pada faktor ekstrinsik Sub Faktor Pelatih dan Manajer berada pada kategori sangat rendah sebesar 2,22% (1 wasit), pada kategori rendah sebesar 46,67% (21 wasit), pada kategori sedang sebesar 33,33% (15 wasit), pada kategori tinggi 8,89% (4 wasit), dan pada kategori sangat tinggi 8,89% (4 wasit). Berdasarkan nilai rata-rata sebesar 19.8444

dapat disimpulkan bahwa Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan pada faktor ekstrinsik Sub Faktor Pelatih dan Manajer dalam kategori sedang.

2) Penonton

Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan pada Faktor ekstrinsik sub faktor penonton terdiri dari 4 butir pertanyaan. Hasil deskriptif disajikan sebagai berikut:

Tabel 23. Deskripsi Faktor Ekstrinsik Sub Faktor Penonton

Statistik	Skor
Mean	17.8889
Std. Deviation	1.51090
Minimum	15.00
Maximum	20.00

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa skor *Mean*: 17.8889, Standar Deviasi: 1.51090, Nilai Minimum: 15.00, dan Nilai Maksimum: 20.00. Deskripsi hasil penelitian tersebut dapat dilihat pada tabel 24 berikut:

Tabel 24. Deskripsi Faktor Ekstrinsik Sub Faktor Penonton

Nomor	**Interval**	**Kategori**	**F**	**%**
1	$20{,}15 < X$	Sangat rendah	0	0
2	$19{,}39 < X \leq 20{,}15$	Rendah	7	15.56
3	$16{,}38 < X \leq 19{,}39$	Sedang	29	64.44
4	$15{,}62 < X \leq 16{,}38$	Tinggi	5	11.11
5	$X \leq 15{,}62$	Sangat tinggi	4	8.89
Jumlah			45	100

Berdasarkan tabel di atas diketahui Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta

Saat Memimpin Pertandingan pada faktor ekstrinsik Sub Faktor Penonton berada pada kategori sangat rendah sebesar 0,00% (0 wasit), pada kategori rendah sebesar 15,56% (7 wasit), pada kategori sedang sebesar 64,44% (29 wasit), pada kategori tinggi 11,11% (5 wasit), dan pada kategori sangat tinggi 8,89% (4 wasit). Berdasarkan nilai rata-rata sebesar 17.8889 dapat disimpulkan bahwa Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan pada faktor ekstrinsik Sub Faktor Penonton dalam kategori sedang.

3) Pemain

Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan pada Faktor ekstrinsik sub faktor pemain terdiri dari 4 butir pertanyaan. Hasil deskriptif disajikan sebagai berikut:

Tabel 25. Deskripsi Faktor Instrinsik Sub Faktor Pemain

Statistik	Skor
Mean	17.6889
Std. Deviation	1.47436
Minimum	14.00
Maximum	20.00

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa skor *Mean*: 17.6889, Standar Deviasi: 1.47436, Nilai Minimum: 14.00, dan Nilai Maksimum: 20.00. Deskripsi hasil penelitian tersebut dapat dilihat pada tabel 26 berikut:

Tabel 26. Deskripsi Faktor Instrinsik Sub Faktor Pemain

Nomor	Interval	Kategori	F	%
1	19,90 < X	Sangat rendah	2	4.44
2	18,79 < X ≤ 19,90	Rendah	15	33.33
3	16,58 SD < X ≤ 18,79	Sedang	21	46.67
4	15,47 < X ≤ 16,58	Tinggi	1	2.22
5	X ≤ 15,47	Sangat tinggi	6	13.33
Jumlah			45	100

Berdasarkan tabel di atas diketahui Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan pada faktor ekstrinsik Sub Faktor Pemain berada pada kategori sangat rendah sebesar 4,44% (2 wasit), pada kategori rendah sebesar 33,33% (15 wasit), pada kategori sedang sebesar 46,67% (21 wasit), pada kategori tinggi 2,22% (1 wasit), dan pada kategori sangat tinggi 13,33% (6 wasit). Berdasarkan nilai rata-rata sebesar 17.6889 dapat disimpulkan bahwa Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan pada faktor ekstrinsik Sub Faktor Pemain dalam kategori sedang.

B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan. Penelitian dilakukan pada saat wasit yang tergabung dalam ASPROV DIY sedang menjalani latihan di Stadion Mandala Krida dengan subjek berjumlah 45 wasit. Penelitian dilakukan dengan

menggunakan kuesioner yang berjumlah 38 butir pertanyaan yang terdiri dari faktor instrinsik dan ekstrinsik.

Kecemasan adalah keadaan seseorang dalam perasaan yang negatif yang ditandai dengan adanya perasaan khawatir, was-was, dan disertai dengan sistem kebutuhan. Kecemasan adalah fungsi ego untuk memperingatkan individu tentang kemungkinan datangnya suatu bahaya sehingga dapat disiapkan reaksi adaptif yang sesuai. Rasa cemas berfungsi sebagai mekanisme yang melindungi ego karena kecemasan memberi sinyal kepada kita bahwa ada bahaya dan jika tidak dilakukan tindakan yang tepat maka bahaya itu akan meningkat sampai ego dikalahkan. Kecemasan seringkali dipengaruhi oleh beberapa hal antara lain adanya tingkat aspirasi yang tinggi, perasaan diperhatikan oleh orang lain, antisipasi dari ketakutan dan kegagalan, keadaan stress berat dengan gejala fisik yang berat pula, dan lain-lain.

Berdasarkan hasil analisis data deskriptif kuantitatif didapatkan bahwa Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta saat Memimpin Pertandingan berada pada kategori sangat rendah sebesar 6,67% (3 wasit), pada kategori rendah sebesar 33,33% (15 wasit), pada kategori sedang sebesar 26,67% (12 wasit), pada kategori tinggi 32,33% (14 wasit), dan pada kategori sangat tinggi 6.67% (3 wasit). Berdasarkan nilai rata-rata sebesar 165,7778 dapat disimpulakan bahwa Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan dalam kategori sedang. Hasil ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan dalam ketegori sedang, artinya wasit dalam memimpin pertandingan

masih dapat memusatkan pada hal yang penting atau keputusan pertandingan dan mengalami perhatian yang selektif.

Kemudian Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor instriksik dan ekstrinsik. Faktor instrinsik diketahui bahwa Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan pada faktor instrinsik berada pada kategori sangat rendah sebesar 8,89% (4 wasit), pada kategori rendah sebesar 17,78% (8 wasit), pada kategori sedang sebesar 37,78% (17 wasit), pada kategori tinggi 33,33% (15 wasit), dan pada kategori sangat tinggi 2.22% (1 wasit). Berdasarkan nilai rata-rata sebesar 110.3556 dapat disimpulakan bahwa Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan pada faktor instrinsik dalam kategori sedang. Sedangkan pada faktor ekstrinsik diketahui Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan pada faktor Ekstrinsik berada pada kategori sangat rendah sebesar 0,00% (0 wasit), pada kategori rendah sebesar 26,67% (12 wasit), pada kategori sedang sebesar 42,22% (19 wasit), pada kategori tinggi 22,22% (10 wasit), dan pada kategori sangat tinggi 8,89% (4 wasit). Berdasarkan nilai rata-rata sebesar 55.4222 dapat disimpulkan bahwa Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan pada faktor Ekstrinsik dalam kategori sedang.

Hasil tersebut mengisyaratkan bahwa wasit baik berlisensi C-1 maupun C-2 di provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta pada saat memimpin pertandingan mengalami kecemasan sedang. Hal ini dipengaruhi oleh faktor intrinsik dan ekstrinsik. Kedua faktor sama-sama mempengaruhi dengan hasil tingkat kecemasan dalam kategori sedang. Faktor faktor moral, pengalaman bertanding, pikiran negatif, pikiran positif (Instrinsik), faktor pemain, manajer dan penonton (Ekstrinsik) dapat meningkatkan kecemasan yang dirasakan oleh wasit.

Gunarsa (2008) yang menyebutkan bahwa kecemasan akan mempengaruhi keputusan wasit dalam pertandingan. Rendahnya tingkat kecemasan wasit saat memimpin pertandingan juga dipengaruhi oleh pengalaman bertanding atau tingginya level lisensi yang dipunyai wasit. Berdasarkan hasil penelitian juga didapatkan bahwa wasit yang mempunyai lisensi C-1 lebih rendah tingkat kecemasannya dibandingkan dengan wasit lisensi C-2 dalam memimpin pertandingan. Sejalan dengan penelitian Nova, Hamzah, Sinulingga, dan Firmansyah, (2021: 224) menjelaskan bahwa wasit dengan lisensi C-3 mempunyai tingkat kecemasan yang tinggi dibandingkan dengan wasit yang mempunyai lisensi diatasnya. Selain itu Yusuf, Ugelta, Imanudin, (2018: 37) dalam hasil penelitiannya menambahkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kecemasan wasit sebelum, selama dan sesudah memimpin pertandingan, Lebih lanjut pada saat sebelum pertandingan meningkat pada saat selama pertandingan dan kemudian menurun pada saat sesudah pertandingan.

Antara stress dan kecemasan mempunyai keterkaitan, bila stress yang dialami seseorang terlalu besar, hingga tidak dapat dilakukan tindakan untuk mengatasi;

atau bila stress yang dihadapi seseorang berlangsung terus-menerus, maka akan timbul kecemasan. Secara sederhana, dijelaskan bahwa kecemasan memberi pengaruh yang cukup besar terhadap penampilan seorang. Menurut teori hipotesis U-terbalik penampilan seorang wasit akan semakin bagus saat tingkat kecemasan mulai meningkat. Namun, saat tingkat kecemasan mulai naik dan terus naik, kecenderungan penampilan justru sebaliknya akan mengalami penurunan.

Beberapa cara untuk menurunkan kecemasan dan meningkatkan kinerja wasit diantaranya latihan keterampilan psikologis mental imageri, Strategi relaksasi, strategi kognitif, teknik-teknik peredaan ketegangan dan mekanisme pertahanan diri (Gunarsa, 2008). Mental imageri dapat digunakan dalam berbagai kesempatan, yaitu: 1) untuk mengembangkan kepercayaan diri, 2) untuk mengembangkan strategi pre-kompetisi dan kompetisi, 3) membantu memfokuskan perhatian atau konsentrasinya pada suatu bentuk ketrampilan tertentu yang sedang dilatihnya, 4) membantu memfokuskan diri pada pertandingan (Suryanto, 2012:21). Ditambahkan oleh Mudian, (2017) dalam penelitiannya, bahwa penerapan metode latihan keterampilan psikologis berupa latihan imageri secara signifikan meningkatkan kinerja wasit dalam memimpin pertandingan sepakbola.

Strategi realaksasi oleh Jacobsen pada tahun 1938 merancang suatu teknik relaksasi yang kemudian menjadi cikal bakal munculnya apa yang disebut dengan Latihan Relaksasi progresif *(Progressive Relaxation Training)* (Jariono, 2010). acobsen percaya bahwa seseorang dapat diubah menjadi relaks pada otot-ototnya. Sekaligus juga, latihan ini mengurangi reaksi emosi yang bergelora, baik pada sistem saraf pusat maupun pada sistem saraf otonom. Latihan ini dapat

meningkatkan perasaan segar dan sehat. Kira-kira pada waktu yang bersamaan, seorang dokter di Jerman bernama Johannes Schultz, memperkenalkan suatu teknik pasif agar seseorang mampu menguasai munculnya emosi yang bergelora. Schultz menyebut latihan tersebut sebagai latihan autogenik *(Autogenic Training)*. Teknik ini dapat melatih seseorang untuk melakukan sugesti diri, agar dapat mengubah sendiri kondisi kefaalan pada tubuhnya untuk mengendalikan munculnya emosi yang terlalu bergelora.

Strategi kognitif didasari oleh pendekatan kognitif yang menekankan bahwa pikiran atau proses berpikir merupakan sumber kekuatan yang ada dalam diri seseorang. Jadi, kesalahan, kegagalan, ataupun kekecewaan, tidak disebabkan oleh objek dari luar, namun pada hakikatnya bersumber pada inti pikiran atau proses berpikir seseorang. Kemudian mekanisme ini biasanya disebut *security operation* atau *defense inechanisin*. Mekanisme ini berfungsi sebagai alat agar kepribadiannya tidak merasa terancam. Sering kali mekanisme ini bekerja demikian efektif sehingga atlet benar-benar terlindung dari perasaan cemas tersebut. Tampaknya di semua cabang olahraga sering terjadi mekanisme pertahanan demikian, bukan hanya oleh atlet, akan tetapi juga oleh pelatih, tim manajer, pengurus dan lain-lain (Jariono, 2010).

Peran wasit dalam saat memimpin pertandingan khususnya dalam pertandingan sepakbola memegang peranan penting. Keputusan-keputusan yang cepat dan tepat sesuai dengan aturan akan menentukan jalannya pertandingan. Semakin tinggi level sebuah pertandingan membutuhkan wasit yang dapat menjalankan tugasnya dengan baik. Untuk itu wasit dapat menkontrol tingkat

kecemasan dalam memimpin pertandingan terhadap tekanan atau tensi pertandingan (Hosoeni, aslankhani, Adoli, Mohammadi, 2011: 2378). Hal tersebut dilakukan dengan cara meningkatkan faktor intrinsik dan ekstrinsiknya.

BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penetian dan analisis data dapat disimpulkan bahwa Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan dalam kategori sedang. Kemudian pada faktor instrinsik dan ekstrinsik yang mempengaruhi tingkat kecemasan dalam kategori sedang. Beberapa cara untuk menurunkan kecemasan dan meningkatkan kinerja wasit diantaranya latihan keterampilan psikologis mental imageri, Strategi relaksasi, strategi kognitif, teknik-teknik peredaan ketegangan dan mekanisme pertahanan diri.

Secara rinci dijabarkan sebagai berikut:

1. Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan dalam kategori sedang dengan nilai rata-rata sebesar 165,7778.
2. Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan pada faktor instrinsik dalam kategori sedang dengan nilai rata-rata sebesar 110.3556.
3. Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Ber Lisensi C-2 dan C-1 di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan pada faktor ekstrinsik dalam kategori sedang dengan nilai rata-rata sebesar 55.4222.

B. Implikasi Penelitian

Implikasi dari hasil penelitian ini secara umum untuk wasit sepakbola ber lisensi C-2 dan C-1 khususnya di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta perlu terus meningkatkan kompetensinya dan mempunyai keterampilan untuk mengatasi kecemasan dalam memimpin pertandingan.

1. Bagi ASPROV

Dari data dan informasi melalui penelitian ini dapat menjadi masukan tentang menganalisa tingkat kecemasan wasit yang tergabung dalam asosiasi dalam memimpin pertandingan, untuk selanjutnya mengadakan evaluasi tindak tindak lanjut.

2. Bagi Wasit

Mengetahui informasi dari penelitian ini, wasit dapat mengetahui tingkat kecemasannya dan cara untuk mengatasi apabila terjadi kecemasan dalam memimpin pertandingan.

C. Keterbatasan Penelitian

Beberapa keterbatasan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut;

1. Instrumen kuesioner yang dipakai diindikasi mempengaruhi subjetifitas subjek dalam menjawab pertanyaan.
2. Jumlah sampel penelitian berjumlah 45 orang wasit pada saat latihan, bisa lebih banyak atau lebih luas lagi. Hal tersebut dikarenakan keterbatasan waktu dan biaya.

3. Saat Pengambilan data angket wasit lebih baik saat selesai memimpin pertandingan dan untuk untuk samplingya lebih tepat menggunakan proposif samplimg dengan menggunakan angket terbuka.

D. Saran-saran

Berdasarkan kesimpulan diatas, saran yang dapat disampaikan antara lain:

1. Pengukuran kondisi psikologis wasit secara berkala menjadi bagian dalam program latihan wasit.
2. Penyegaran dan pelatihan khusunya strategi dalam menangani kecemasan wasit dalam memimpin pertandingan.

DAFTAR PUSTAKA

Aguirre-Loaiza, H., Holguín, J., Arenas, J., Núñez, C., Barbosa-Granados, S., & García-Mas, A. (2020). Psychological characteristics of sports performance: Analysis of professional and semiprofessional football referees. *Journal of PhysicalEducationandSport,20(4),1861–1868.* https://doi.org/10.7752/jpes.2020.04252

Ananda, R. (2017). Implementasi nilai-nilai moral dan agama pada anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *1*(1), 19-31.

Clarasati, E. I., & Jatmika, D. (2017). Pengaruh kecemasan berolahraga terhadap motivasi berprestasi atlet bulutangis remaja di klub J Jakarta. *Humanitas, 1(2), 121-132.*

Emral. (2016). *Bahan Ajar Sepakbola Dasar*. Cetakan Pertama. Padang. Sukabina Press

Fadli, F., Safruddin, S., Ahmad, A. S., Sumbara, S., & Baharuddin, R. (2020). Faktor yang mempengaruhi kecemasan pada tenaga kesehatan dalam upaya pencegahan covid-19. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 57-65.

Fenanlampir, A. (2020). *Ilmu kepelatihan olahraga*. Jakarta: Jakad Media Publishing.

Gifford, C. (2010). *Football*. Marshall Cavendish.

Gunarsa, S. D. (2008). *Psikologi olahraga prestasi*. Jakarta: P.T. BPK Gunung Mulia.

Hancock, D. J., & Ste-Marie, D. M. (2014). Describing strategies used by elite, intermediate, and novice ice hockey referees. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 85(3), 351–364. https://doi.org/10.1080/02701367.2014.930090

Hoseini, S.H., Aslankhani, M.A., Abdoli, B., Mohammadi, F. (2011). The relationship between the number of crowds with anxiety and the function of the soccer premier leagues referees. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 30 (2011), 2374-2378.

Jariono, G. (2010). *Psikologi olahraga*. Diakses dari: http://gatotjariono. com/2010/02/psikologi-olahraga.html.

Larkin, P., Berry, J., Dawson, B., & Lay, B. (2011). Perceptual and decision. making skills of Australian football umpires. *International Journal of PerformanceAnalysisinSport*,11(3),427-437.https://doi.org/10.1080/24748668.2011.11868562

Larkin, P., Mesagno, C., Berry, J., & Spittle, M. (2018). Exploration of the perceptual-cognitive processes that contribute to in-game decision-making of Australian football umpires. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*,16(2),112–124. https://doi.org/10.1080/1612197X.2016.1167760

Laws of the Game FIFA. (2021-2022). https://www.theifab.com/laws-of-the-game-documents/ (*di akses 21 februari 2022, pukul 23.18 WIB*)

Luxbacher, J. (2014). *Soccer: Steps to Success, 4E*. Human Kinetics.

Minderop, A. (2010). *Psikologi sastra: karya, metode, teori, dan contoh kasus*. Yayasan Pustaka Obor Indonesia.

Mudian, D. (2017). Penerapan Metode Latihan Keterampilan Psikologis Berupa Latihan Imagery untuk Meningkatkan Kinerja Wasit dalam Memimpin Pertandingan Sepakbola. *BIORMATIKA, Volume 4, Nomor 2.*

Muhadjirin, B. (2011). Tingkat Kecemasan Wasit Sepak Bola di Kota Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan. *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY.

Muhammad, A. U., Rumini, & Nasuka. (2016). Hubungan Kecemasan, Percaya Diri, dan Motivasi Terhadap Kinerja Wasit Bola Voli. *Journal of Physical EducationandSports*,5(2),75–82.Retrievedfrom http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes%0AHUBUNGAN

Nova, A., Hamzah, M. A., Sinulingga, A. R., & Firmansyah, G. (2021). The Level Of Anxiety's Referees Of Langsa (Football Association Of Indonesia) When Enforcing The Laws Of The Game During A Match. *Jp. Jok (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan)*, *4*(2), 224-234.

Primasoni Nawan., Sulistiyono. (2018). *Kondisi Fisik Sepakbola*. (1 ed). Yogyakarta: UNY Press.

Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta

Reta Kumalasari, (2019): Tingkat Kecemasan Wasit Bola Basket Di Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan. *Skripsi*. Yogyakarta. FIK UNY

Rinaldy, A., & Tawang, D. A. D. (2018). Kriminalisasi Match Fixing Dalam Pertandingan Sepakbola Di Indonesia Berdasarkan Undang-Undang Nomor 11 Tahun 1980 Tentang Tindak Pidana Suap. *Jurnal Hukum Adigama*, 1(1), 1262. https://doi.org/10.24912/adigama.v1i1.2204

Safitri, A., & Jannah, M. (2020). Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Kecemasan Olahraga pada Atlet Judo. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi.*, *7*(3).

Syahputra, I. (2016). Religiusitas Sepak Bola dalam Rezim Media: Perspektif Fans Sepak Bola Indonesia. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 14(2), 80–91.

Sudarmo, D. M. (2021). *Humor Quotient-Kecerdasan Humor*. Elex Media Komputindo.

Suryanto. (2012). Identifikasi Kondisi Psikologis (Mental) Wasit Junior Cabang Olahraga Panahan di Daerah Istimewa Yogyakarta. *Jurnal JPJI UNY*.

Tangkudung, James & Apta Mylsidayu. (2017). *Buku Mental Training Aspek-Aspek Psikologi dalam Olahraga*. Bekasi: Cakrawala Cendekia.

Tim Penyusun. (2016). *Buku Pedoman Tugas Akhir*. Yogyakarta: UNY.

Watson, J. (2013). Australian Football League: "home advantage", "umpire bias" or both? Sport, Business and Management: *An International Journal*, 3(3), 176–188. https://doi.org/10.1108/SBM-11-2011-0086

Weinberg, R. S., & Gould, D. (2019). *Foundations of sport and exercise psychology*. Human Kinetics., 7(E).

Yusuf, B.S., Ugeltas, S., Imanudin, I. (2018). Tingkat Kecemasan Wasit Sebelum, Selama dan Sesudah Memimpin Pertandingan Futsal. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*. Vol 3 No 2 Tahun 2018 (37-40) https://ejournal.upi.edu/index.php/JTIKOR/

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : 903/UN34.16/PT.01.04/2022 — 15 Juli 2022
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : **Izin Penelitian**

Yth. Asprov PSSI Daerah Istimewa Yogyakarta komplek monumen pssi pintu No. 1, Jl. Mawar 1, Baciro, Kapanewon Gondokusuman, Kota Yogyakarta

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama	:	Angga Dwi Prasetyo
NIM	:	16602241056
Program Studi	:	Pendidikan Kepelatihan Olahraga - S1
Tujuan	:	Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir	:	Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Berlisensi C-2 dan C-1 Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta saat Memimpin Pertandingan
Waktu Penelitian	:	24 - 31 Juli 2022

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Wakil Dekan Bidang Akademik,

Dr. Yudik Prasetyo, S.Or., M.Kes.
NIP. 19820815 200501 1 002

Tembusan :
1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Lampiran 2. Surat Permohonan Expert Judgement

Surat Permohonan Validasi Instrumen Penelitian

Hal : Permohonan Validasi Instrumen Penelitian
Lampiran : 1 Bendel

Kepada Yth.
Dr. Lismadiana, M.Pd.
Dosen Pendidikan Kepelatihan
Olahraga Di FIK UNY

Sehubungan dengan rencana pelaksanaan Penelitian Skripsi yang saya lakukan, dengan ini saya:

Nama : Angga Dwi Prasetyo
NIM : 16602241056
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Judul Skripsi :
Tingkat Kecemasan Wasit Sepakbola Berlisensi C-2 dan C-1 Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta saat Memimpin Pertandingan

Dengan hormat, mohon ibu berkenan memberikan validasi terhadap instrumen penelitian skripsi yang telah saya susun. Sebagai bahan pertimbangan, bersama ini saya lampirkan: (1) Proposal penelitian (2) lembar instrumen penelitian, dan (3) lembar validasi. Demikian permohonan saya, atas bantuan dan perhatian ibu saya ucapkan terima kasih.

Mengetahui,
Dosen Pembimbing

Agus Supriyanto, M.Si
NIP.198001182002121002

Yogyakarta, 2 Juni 2022
Pemohon

Angga Dwi Prasetyo
NIM. 16602241056

Lampiran 3. Angket Penilaian

ANGKET PENELITIAN

Sehubungan dengan penelitian yang saya buat tentang tingkat kecemasan wasit saat memimpin pertandingan sepakbola maka saya memohon saudara untuk mengisi angket di bawah ini dengan sebenar-benarnya dengan keadaan dan prilaku anda sebagai wasit berlisensi C-2 dan C-1 saat memimpin pertandingan. Segala data yang ditulis menjadi kerahasiaan peneliti akan terjaga, dan atas bantuan yang diberikan saya ucapkan terima kasih.

A. Identitas Responden

Nama :

Jenis Kelamin :

Lisensi Wasit :

B. Petunjuk Pengisian

1. Bacalah dengan seksama dan cermat setiap butir pertanyaan/pernyataan.
2. Berilah tanda centang (√) pada salah satu jawaban yang sesuai dengan tanggapan anda pada kolom:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

RG : Ragu-Ragu

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

Contoh:

No	Pernyataan	SS	S	RG	TS	STS
Profesi Wasit adalah Profesi yang saya inginkan						
1	Saya selalu merasa tenang ketika saya sedang memimpin pertandingan					

1

2	Saya tidak pernah takut jika saya mengalami protes dari pemain					
3	Saya mudah merasa khawatir pada profesi saya sebagai wasit (saat ditunjuk sebagai wasit utama)					
4	Saya selalu bersikap tegas dalam menjalankan profesi sebagai wasit					
5	Perasaan saya mudah tersinggung selama saya memimpin pertandingan					
6	Saya selalu bersemangat saat pertandingan berlangsung					
7	Saya selalu berdo'a sebelum memimpin pertandingan supaya pikiran tenang dan mudah dalam mengambil keputusan					
8	Saya selalu merasa gelisah Ketika salah mengambil keputusan (saat pertandingan berlangsung					
9	Saya tidak ragu-ragu ketika akan memutuskan suatu pelanggaran saat pertandingan berlangsung					
10	Saya jarang sekali merasa jantung berdebar atau nafas tersengal-sengal ketika memimpin pertandingan					
11	Saya merasa nyaman dalam memimpin pertandingan apabila cuaca cerah					

2

	mengingat profesi saya sebagai wasit					
22	Saya sering bergemetar ketika akan memutuskan suatu pelanggaran saat sedang memimpin pertandingan					
23	Saya selalu Bahagia ketika saya saya dipercaya untuk memimpin pertandingan penting					
24	Saya merasa tegang dan sulit berkonsentrasi Ketika dicemooh penonton					
25	Saya selalu menghindari berada dekat dengan penonton, pemain, atau pelatih karena saya takut akan kemarahan dari mereka					
26	Saya khawatir melakukan kesalahan dalam memimpin pertandingan ketika disandingkan dengan wasit yang lebih senior					
27	Saya merasa grogi jika suara penonton sangat keras dan bersorak					
28	Saya tidak akan takut untuk memimpin pertandingan selanjutnya walau dipertandingan sebelumnya saya di protes oleh pelatih, pemain atau penonton					
29	Sebagian besar badan saya gemetar tiap kali akan					

12	Saya mengalami diare atau lebih dari sekali saat akan memimpin pertandingan					
13	Saya sangat percaya diri saat akan memimpin pertandingan					
14	Jika memikirkan peran saya berat di dalam suatu pertandingan, saya mengalami gangguan pernafasan					
15	Ketika sedang tidur, saya mengalami mimpi buruk atau menakutkan tentang profesi saya sebagai wasit					
16	Saya tidak pernah menghawatirkan apapun tentang profesi saya sebagai wasit					
17	Saya tidak pernah merasa tegang ketika penonton berkomentar tentang keputusan saya sebagai wasit					
18	Saya menjadi sulit tidur ketika pertandingan yang akan saya pimpin sudah dekat					
19	Saya merasa sukar untuk memusatkan perhatian ketika sedang memimpin pertandingan dengan intensitas tinggi					
20	Saya tidak murah marah atau emosi saat keputusan saya di protes oleh pelatih, pemain ataupun penonton					
21	Saya selalu merasa gembira jika					

	memulai memimpin pertandingan					
30	Saya merasa bingung dan sulit berkonsentrasi apabila banyak suara dari pelatih atau pemain					
31	Saya merasa gugup dan takut untuk memimpin pertandingan Ketika melihat tempat pertandingan yang akan digunakan dipenuhi oleh penonton					
32	Saya selalu merasa siap jika tiba-tiba saya ditugaskan untuk menggantikan rekan saya untuk memimpin pertandingan					
33	Saya merasa bersemangat jika pertandingan yang saya pimpin ramai dipenuhi sorakan penonton					
34	Saya sering merasa ketakutan Ketika sedang memimpin pertandingan penting					
35	Saya menjadi ragu untuk mengambil keputusan Ketika diprotes oleh pelatih yang sudah sangat berpengalaman					
36	Saya merasa tenang, dan enjoy saat pelatih atau manajer melakukan provokasi kepada saya ketika memimpin pertandingan					

37	Saya selalu memiliki rasa tanggung jawab kepada pelatih dan manajer ketika saya mengambil keputusan yang kurang fair atau adil					
38	Saya memiliki rasa was-was ketika ada pelatih atau manajer yang memainkan pengaturan skor ketika menjelang pertandingan					

Lampiran 4. Data Penelitian

Lampiran . Tabel r

Tabel r *Product Moment* Pada Sig.0,05 (*Two Tail*)											
N	r	N	r	N	r	N	r	N	r	N	r
1	0.997	41	0.301	81	0.216	121	0.177	161	0.154	201	0.138
2	0.95	42	0.297	82	0.215	122	0.176	162	0.153	202	0.137
3	0.878	43	0.294	83	0.213	123	0.176	163	0.153	203	0.137
4	0.811	44	0.291	84	0.212	124	0.175	164	0.152	204	0.137
5	0.754	45	0.288	85	0.211	125	0.174	165	0.152	205	0.136
6	0.707	46	0.285	86	0.210	126	0.174	166	0.151	206	0.136
7	0.666	47	0.282	87	0.208	127	0.173	167	0.151	207	0.136
8	0.632	48	0.279	88	0.207	128	0.172	168	0.151	208	0.135
9	0.602	49	0.276	89	0.206	129	0.172	169	0.15	209	0.135
10	0.576	50	0.273	90	0.205	130	0.171	170	0.15	210	0.135
11	0.553	51	0.271	91	0.204	131	0.17	171	0.149	211	0.134
12	0.532	52	0.268	92	0.203	132	0.17	172	0.149	212	0.134
13	0.514	53	0.266	93	0.202	133	0.169	173	0.148	213	0.134
14	0.497	54	0.263	94	0.201	134	0.168	174	0.148	214	0.134
15	0.482	55	0.261	95	0.2	135	0.168	175	0.148	215	0.133
16	0.468	56	0.259	96	0.199	136	0.167	176	0.147	216	0.133
17	0.456	57	0.256	97	0.198	137	0.167	177	0.147	217	0.133
18	0.444	58	0.254	98	0.197	138	0.166	178	0.146	218	0.132
19	0.433	59	0.252	99	0.196	139	0.165	179	0.146	219	0.132
20	0.423	60	0.25	100	0.195	140	0.165	180	0.146	220	0.132
21	0.413	61	0.248	101	0.194	141	0.164	181	0.145	221	0.131
22	0.404	62	0.246	102	0.193	142	0.164	182	0.145	222	0.131
23	0.396	63	0.244	103	0.192	143	0.163	183	0.144	223	0.131
24	0.388	64	0.242	104	0.191	144	0.163	184	0.144	224	0.131
25	0.381	65	0.24	105	0.19	145	0.162	185	0.144	225	0.13
26	0.374	66	0.239	106	0.189	146	0.161	186	0.143	226	0.13
27	0.367	67	0.237	107	0.188	147	0.161	187	0.143	227	0.13
28	0.361	68	0.235	108	0.187	148	0.16	188	0.142	228	0.129
29	0.355	69	0.234	109	0.187	149	0.16	189	0.142	229	0.129
30	0.349	70	0.232	110	0.186	150	0.159	190	0.142	230	0.129
31	0.344	71	0.23	111	0.185	151	0.159	191	0.141	231	0.129
32	0.339	72	0.229	112	0.184	152	0.158	192	0.141	232	0.128
33	0.334	73	0.227	113	0.183	153	0.158	193	0.141	233	0.128
34	0.329	74	0.226	114	0.182	154	0.157	194	0.14	234	0.128
35	0.325	75	0.224	115	0.182	155	0.157	195	0.14	235	0.127
36	0.32	76	0.223	116	0.181	156	0.156	196	0.139	236	0.127
37	0.316	77	0.221	117	0.18	157	0.156	197	0.139	237	0.127
38	0.312	78	0.22	118	0.179	158	0.155	198	0.139	238	0.127
39	0.308	79	0.219	119	0.179	159	0.155	199	0.138	239	0.126
40	0.304	80	0.217	120	0.178	160	0.154	200	0.138	240	0.126

Uji Validitas

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Butir1	322.2222	151.768	.478	.662
Butir2	322.3556	149.916	.417	.660
Butir3	321.9111	156.128	.294	.671
Butir4	322.0444	156.862	.290	.672
Butir5	321.8000	156.845	.487	.672
Butir7	322.3333	158.591	.480	.677
Butir8	321.9556	157.407	.502	.673
Butir9	322.1111	155.010	.456	.670
Butir10	321.9556	158.589	.406	.676
Butir11	321.9556	158.498	.514	.676
Butir12	322.0000	161.364	.614	.682
Butir13	322.3333	155.045	.450	.670
Butir14	322.0000	158.818	.386	.677
Butir15	323.0222	163.659	.369	.693
Butir16	322.0000	157.455	.595	.673
Butir17	322.0444	154.816	.318	.668
Butir18	321.9556	161.134	.397	.682
Butir19	322.2000	158.891	.385	.677
Butir20	322.7111	159.028	.409	.681
Butir21	322.0667	153.973	.473	.665
Butir22	322.3778	161.468	.417	.682
Butir23	322.1111	156.828	.345	.672
Butir24	322.3333	158.682	.323	.676
Butir25	322.1778	158.149	.344	.675
Butir26	322.2667	153.973	.314	.667
Butir27	322.2667	154.518	.317	.668
Butir28	322.6000	155.109	.475	.669
Butir29	322.0889	154.810	.406	.667
Butir30	321.9556	153.771	.500	.665
Butir31	322.0000	155.364	.363	.669
Butir32	322.4222	157.159	.467	.674
Butir33	322.0889	152.265	.614	.661
Butir34	322.0222	152.022	.634	.661
Butir35	322.1778	153.559	.409	.665
Butir36	322.4889	153.983	.355	.667
Butir37	322.5333	159.118	.488	.677
Butir38	322.8889	145.737	.463	.653
Total	160.7778	40.040	1.000	.656

Uji Reliabilitas

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.655	38

Deskriptif Statistik

Statistics

Kecemasan_Wasit

N	Valid	45
	Missing	0
Mean		165.7778
Std. Deviation		6.32775
Minimum		155.00
Maximum		182.00
Sum		7460.00

Kecemasan_Wasit

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	155.00	1	2.2	2.2	2.2
	156.00	1	2.2	2.2	4.4
	157.00	3	6.7	6.7	11.1
	158.00	2	4.4	4.4	15.6
	159.00	2	4.4	4.4	20.0
	160.00	3	6.7	6.7	26.7
	161.00	3	6.7	6.7	33.3
	163.00	3	6.7	6.7	40.0
	164.00	1	2.2	2.2	42.2
	166.00	3	6.7	6.7	48.9
	167.00	5	11.1	11.1	60.0
	168.00	1	2.2	2.2	62.2
	169.00	5	11.1	11.1	73.3
	170.00	1	2.2	2.2	75.6
	171.00	4	8.9	8.9	84.4
	172.00	1	2.2	2.2	86.7
	173.00	1	2.2	2.2	88.9
	174.00	2	4.4	4.4	93.3
	176.00	1	2.2	2.2	95.6
	177.00	1	2.2	2.2	97.8
	182.00	1	2.2	2.2	100.0
	Total	45	100.0	100.0	

Tabel Norma Penilaian

Nomor	Interval	Kategori	F	%
1	175 < X	Sangat rendah	3	6,67
2	168 < X ≤ 175	Rendah	15	33,33
3	162 SD < X ≤ 168	Sedang	12	26,67
4	156 < X ≤ 162	Tinggi	14	31,11
5	X ≤ 156	Sangat tinggi	1	2,22
Jumlah			45	100

Deskriptif Statistik Faktor Intrinsik dan Ekstrinsik

Statistics

		Intrinsik	Ekstrinsik
N	Valid	45	45
	Missing	0	0
Mean		110.3556	55.4222
Std. Deviation		4.00088	4.36145
Minimum		102.00	47.00
Maximum		121.00	62.00
Sum		4966.00	2494.00

Intrinsik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	102.00	1	2.2	2.2	2.2
	104.00	1	2.2	2.2	4.4
	106.00	2	4.4	4.4	8.9
	107.00	9	20.0	20.0	28.9
	108.00	3	6.7	6.7	35.6
	109.00	6	13.3	13.3	48.9
	110.00	3	6.7	6.7	55.6
	111.00	6	13.3	13.3	68.9
	112.00	2	4.4	4.4	73.3
	113.00	3	6.7	6.7	80.0
	114.00	4	8.9	8.9	88.9
	115.00	1	2.2	2.2	91.1
	118.00	2	4.4	4.4	95.6
	120.00	1	2.2	2.2	97.8
	121.00	1	2.2	2.2	100.0
	Total	45	100.0	100.0	

Nomor	Interval	Kategori	F	%
1	$116 < X$	Sangat rendah	4	8,89
2	$112 < X \leq 116$	Rendah	8	17,78
3	$108 < X \leq 112$	Sedang	17	37,78
4	$104 < X \leq 108$	Tinggi	15	33,33
5	$X \leq 104$	Sangat tinggi	1	2,22
Jumlah			45	100

Ekstrinsik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	47.00	1	2.2	2.2	2.2
	48.00	3	6.7	6.7	8.9
	49.00	3	6.7	6.7	15.6
	50.00	3	6.7	6.7	22.2
	51.00	2	4.4	4.4	26.7
	52.00	2	4.4	4.4	31.1
	54.00	2	4.4	4.4	35.6

	55.00	1	2.2	2.2	37.8
	56.00	3	6.7	6.7	44.4
	57.00	3	6.7	6.7	51.1
	58.00	10	22.2	22.2	73.3
	59.00	6	13.3	13.3	86.7
	60.00	4	8.9	8.9	95.6
	62.00	2	4.4	4.4	100.0
	Total	45	100.0	100.0	

Nomor	Interval	Kategori	F	%
1	$62 < X$	Sangat rendah	0	0,00
2	$58 < X \leq 62$	Rendah	12	26,67
3	$53 < X \leq 58$	Sedang	19	42,22
4	$49 < X \leq 53$	Tinggi	10	22,22
5	$X \leq 49$	Sangat tinggi	4	8,89
Jumlah			45	100

Deskriptif Statistik Berdasarkan Lisensi

Statistics

		C1	C2
N	Valid	28	17
	Missing	0	11
Mean		168.1429	161.8824
Std. Deviation		5.26845	6.11231
Minimum		156.00	155.00
Maximum		182.00	174.00
Sum		4708.00	2752.00

C1

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	156.00	1	3.6	3.6	3.6
	160.00	1	3.6	3.6	7.1
	161.00	1	3.6	3.6	10.7
	163.00	2	7.1	7.1	17.9
	164.00	1	3.6	3.6	21.4
	166.00	3	10.7	10.7	32.1
	167.00	4	14.3	14.3	46.4
	168.00	1	3.6	3.6	50.0
	169.00	5	17.9	17.9	67.9
	170.00	1	3.6	3.6	71.4
	171.00	4	14.3	14.3	85.7
	173.00	1	3.6	3.6	89.3
	176.00	1	3.6	3.6	92.9
	177.00	1	3.6	3.6	96.4
	182.00	1	3.6	3.6	100.0
	Total	28	100.0	100.0	

Nomor	Interval	Kategori	F	%
1	175 < X	Sangat rendah	3	10,70
2	168 < X ≤ 175	Rendah	11	39,30
3	162 SD < X ≤ 168	Sedang	11	39,30
4	156 < X ≤ 162	Tinggi	3	10,70
5	X ≤ 156	Sangat tinggi	0	0,00
Jumlah			28	100

C2

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	155.00	1	3.6	5.9	5.9
	157.00	3	10.7	17.6	23.5
	158.00	2	7.1	11.8	35.3
	159.00	2	7.1	11.8	47.1
	160.00	2	7.1	11.8	58.8
	161.00	2	7.1	11.8	70.6
	163.00	1	3.6	5.9	76.5
	167.00	1	3.6	5.9	82.4
	172.00	1	3.6	5.9	88.2
	174.00	2	7.1	11.8	100.0
	Total	17	60.7	100.0	

Nomor	Interval	Kategori	F	%
1	175 < X	Sangat rendah	0	0,00
2	168 < X ≤ 175	Rendah	3	17,65
3	162 SD < X ≤ 168	Sedang	2	11,76
4	156 < X ≤ 162	Tinggi	11	64,71
5	X ≤ 156	Sangat tinggi	1	5,88
Jumlah			17	100

Lampiran Deskriptif Statistik Per Sub Faktor

Sub Faktor Instrinsik

Statistics

		Moral	Pengalaman_Bertanding	Pikiran_Negatif	Pikiran_Positif
N	Valid	45	45	45	45
	Missing	0	0	0	0
Mean		26.6222	31.2889	22.1111	30.3333
Std. Deviation		2.01459	1.53182	1.31809	1.78377
Minimum		22.00	28.00	20.00	26.00
Maximum		30.00	34.00	24.00	34.00
Sum		1198.00	1408.00	995.00	1365.00

Moral

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	22.00	1	2.2	2.2	2.2
	23.00	2	4.4	4.4	6.7
	24.00	4	8.9	8.9	15.6
	25.00	6	13.3	13.3	28.9
	26.00	8	17.8	17.8	46.7
	27.00	8	17.8	17.8	64.4
	28.00	8	17.8	17.8	82.2
	29.00	4	8.9	8.9	91.1
	30.00	4	8.9	8.9	100.0
	Total	45	100.0	100.0	

Nomor	Interval	Kategori	F	%
1	$29{,}64 < X$	Sangat rendah	4	8,89
2	$27{,}63 < X \leq 29{,}64$	Rendah	12	26,67
3	$25{,}61 < X \leq 27{,}63$	Sedang	16	35,55
4	$23{,}60 < X \leq 25{,}61$	Tinggi	10	22,22
5	$X \leq 23{,}60$	Sangat tinggi	3	6,67
Jumlah			45	100

Pengalaman_Bertanding

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	28.00	2	4.4	4.4	4.4
	29.00	4	8.9	8.9	13.3
	30.00	7	15.6	15.6	28.9
	31.00	11	24.4	24.4	53.3
	32.00	11	24.4	24.4	77.8
	33.00	7	15.6	15.6	93.3
	34.00	3	6.7	6.7	100.0
	Total	45	100.0	100.0	

Nomor	Interval	Kategori	F	%
1	33,59 < X	Sangat rendah	3	6,67
2	32,05 < X ≤ 33,59	Rendah	7	15,56
3	30,52 < X ≤ 32,05	Sedang	22	48,50
4	28,99 < X ≤ 30,52	Tinggi	11	24,44
5	X ≤ 28,99	Sangat tinggi	2	4,44
Jumlah			45	100

Pikiran_Negatif

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	20.00	6	13.3	13.3	13.3
	21.00	10	22.2	22.2	35.6
	22.00	10	22.2	22.2	57.8
	23.00	11	24.4	24.4	82.2
	24.00	8	17.8	17.8	100.0
	Total	45	100.0	100.0	

Nomor	Interval	Kategori	F	%
1	24,08 < X	Sangat rendah	0	0,00
2	22,77 < X ≤ 24,08	Rendah	19	42.22
3	21,45 < X ≤ 22,77	Sedang	10	22.22
4	20,13 < X ≤ 21,45	Tinggi	10	22.22
5	X ≤ 2013	Sangat tinggi	6	13.33
Jumlah			45	100

Pikiran_Positif

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	26.00	1	2.2	2.2	2.2
	27.00	1	2.2	2.2	4.4
	28.00	7	15.6	15.6	20.0
	29.00	4	8.9	8.9	28.9
	30.00	9	20.0	20.0	48.9
	31.00	12	26.7	26.7	75.6
	32.00	6	13.3	13.3	88.9
	33.00	4	8.9	8.9	97.8
	34.00	1	2.2	2.2	100.0
	Total	45	100.0	100.0	

Nomor	Interval	Kategori	F	%
1	33 < X	Sangat rendah	1	2.22
2	31,22 < X ≤ 33	Rendah	10	22.22
3	29,44 < X ≤ 31,22	Sedang	21	46.67
4	27,66 < X ≤ 29,44	Tinggi	11	24.44
5	X ≤ 27,66	Sangat tinggi	2	8.30
Jumlah			45	100

Sub Faktor Ekstrinsik

Statistics

		Pelatih_Manajer	Penonton	Pemain
N	Valid	45	45	45
	Missing	0	0	0
Mean		19.8444	17.8889	17.6889
Std. Deviation		1.99949	1.51090	1.47436
Minimum		15.00	15.00	14.00
Maximum		23.00	20.00	20.00
Sum		893.00	805.00	796.00

Pelatih_Manajer

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	15.00	3	6.7	6.7	6.7
	16.00	1	2.2	2.2	8.9
	17.00	3	6.7	6.7	15.6
	18.00	1	2.2	2.2	17.8
	19.00	7	15.6	15.6	33.3
	20.00	8	17.8	17.8	51.1
	21.00	15	33.3	33.3	84.4
	22.00	6	13.3	13.3	97.8
	23.00	1	2.2	2.2	100.0
	Total	45	100.0	100.0	

Nomor	Interval	Kategori	F	%
1	22,84 < X	Sangat rendah	1	2.22
2	20,84 < X ≤ 22,84	Rendah	21	46.67
3	18,84 < X ≤ 20,84	Sedang	15	33.33
4	16,84 < X ≤ 18, 84	Tinggi	4	8.89
5	X ≤ 16,84	Sangat tinggi	4	8.89
Jumlah			45	100

Penonton

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	15.00	4	8.9	8.9	8.9
	16.00	5	11.1	11.1	20.0
	17.00	7	15.6	15.6	35.6
	18.00	12	26.7	26.7	62.2
	19.00	10	22.2	22.2	84.4
	20.00	7	15.6	15.6	100.0
	Total	45	100.0	100.0	

Nomor	Interval	Kategori	F	%
1	20,15 < X	Sangat rendah	0	0
2	19,39 < X ≤ 20,15	Rendah	7	15.56
3	16,38 < X ≤ 19,39	Sedang	29	64.44
4	15,62 < X ≤ 16,38	Tinggi	5	11.11
5	X ≤ 15,62	Sangat tinggi	4	8.89
Jumlah			45	100

Pemain

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	14.00	1	2.2	2.2	2.2
	15.00	5	11.1	11.1	13.3
	16.00	1	2.2	2.2	15.6
	17.00	12	26.7	26.7	42.2
	18.00	9	20.0	20.0	62.2
	19.00	15	33.3	33.3	95.6
	20.00	2	4.4	4.4	100.0
	Total	45	100.0	100.0	

Nomor	Interval	Kategori	F	%
1	19,90 < X	Sangat rendah	2	4.44
2	18,79 < X ≤ 19,90	Rendah	15	33.33
3	16,58 SD < X ≤ 18,79	Sedang	21	46.67
4	15,47 < X ≤ 16,58	Tinggi	1	2.22
5	X ≤ 15,47	Sangat tinggi	6	13.33
Jumlah			45	100

Lampiran 5. Surat Bimbingan Tugas Akhir

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Jalan Colombo, Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 550826, 513092, Faksimile (0274) 513092
Laman: fik.uny.ac.id Surel: humas_fik@uny.ac.id

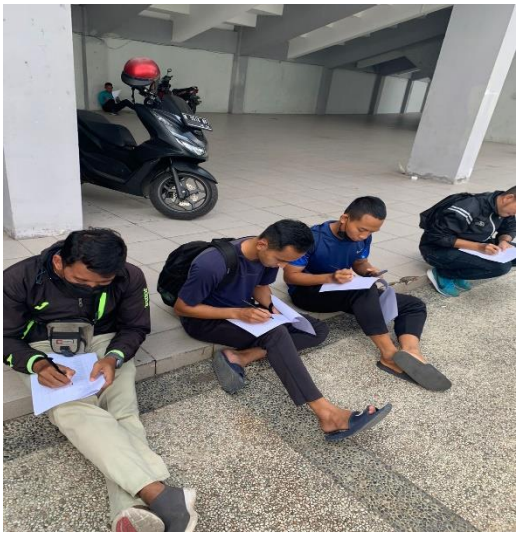
LEMBAR KONSULTASI

Nama : Angga Dwi Prasetyo
NIM : 16602241056
Pembimbing : Agus Supriyanto, M.Si

No	Hari/Tgl.	Permasalahan	Tanda tangan Pembimbing
1.	Senin/7-3-2022	- Latar Belakang - melengkapi Kerangka berfikir - Desain penelitian dan kisi-kisi angket	
2.	Kamis 10-3-2022	- Melengkapi pertanyaan penelitian - kajian teori kisi-kisi angket	
3.	Selasa 15-3-2022	- menambahkan sumber di bab 2 (kisi-kisi angket menurut ahli dicantumkan dibab 2)	
4.	Selasa 31-3-2022	Revisi bab 2 penelitian Relevan & kerangka berfikir	
5	kamis 2-6-2022	Revisi angket dan melengkapi bab 3	
6.	Selasa 12-7-2022	Revisi angket dan siap untuk ambil data	
7.	13-6-2022	Revisi bab 4 dan melengkapi	
8.	Jumat 29-6-2022	ambil data	
9.	7-10-2022	Bimbingan Bab V	
10	Rabu 31-11-2022	melengkapi lampiran dan surat persetujuan	

Kajur PKL,

*). *Blangko ini kalau sudah selesai*
Bimbingan dikembalikan ke Jurusan PKL

Prof. Dr. Endang Rini Sukamti, M.S
NIP. 19600407 198601 2 001

Lampiran 6. Dokumentasi Penelitian