

**TINGKAT KECEMASAN WASIT BOLA BASKET DI DAERAH
ISTIMEWA YOGYAKARTA SAAT MEMIMPIN PERTANDINGAN**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan guna Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan



Oleh :

Retna Kumalasari

NIM 12602241063

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
TAHUN 2019**

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**TINGKAT KECEMASAN WASIT BOLA BASKET SAAT MEMIMPIN
PERTANDINGAN DI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA**

Disusun oleh:

Retna Kumalasari

NIM 12602241063

Telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk

Dilaksanakan Ujian Akhir Skripsi bagi yang

Bersangkutan.

Yogyakarta, 13 November 2018

Disetujui,

Ketua Program Studi



CH. Fajar Sri Wahyuniati, S.Pd., M.Or

NIP. 197112292000032001

Mengetahui,

Dosen Pembimbing,



Budi Aryanto, M.Pd,

NIP. 196902152000121001

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Retna Kumalasari

NIP : 12602241063

Program studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Judul TAS : Tingkat Kecemasan Wasit Bola Basket Saat Memimpin
Pertandingan di Daerah Istimewa Yogyakarta

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, 6 Desember 2018

Yang menyatakan,



Retna Kumalasari

NIM. 12602241063

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

**SEBERAPA BESAR TINGKAT KECEMASAN WASIT BOLA BASKET
YANG ADA DI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA SAAT
MEMIMPIN PERTANDINGAN**

Disusun oleh:

Retna Kumalasari

NIM 12602241063

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi
Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri

Yogyakarta

Pada tanggal 14 Desember 2018

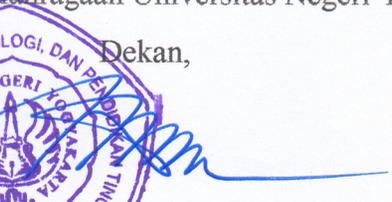
TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Budi Aryanto, S.Pd., M.Pd Ketua Penguji/Pembimbing		8 Jan 2019
Cukup Pahalawidi, M.Or Sekertaris		8 Jan 2019
Prof. Dr. Djoko Pekik Irianto Penguji		8 Jan 2019

Yogyakarta, 10 Januari 2018

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta

Dekan,


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

NIP. 196407071988121001

MOTTO

“kau tak akan pernah mampu menyebrangi lautan sampai kau berani berpisah dengan daratan”

(Christopher Colombus)

“Jangan pergi mengikuti ke mana kulan akan berujung. Buat jalanmu sendiri dan tinggalkanlah jejak”

(Ralph Waldo Emerson)

“change will not come if we wait for some other person or some other time. We are the ones we’ve been waiting for. We are the change that we seek”

(Barack Obama)

“satu-satunya hal yang harus kita takuti adalah ketakutan itu sendiri”

(Franklin D. Roosevelt)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

1. Orangtua saya Ibu Sulisti dan Bapak Sularno yang sangat saya cintai. Terimakasih telah membesarkan saya dengan penuh perjuangan dan kasih sayang yang Insyaallah tanpa henti dan tidak terbatas. Mereka selalu mendukung apapun langkah yang ingin saya pilih.
2. Adikku tersayang Aulia yang selalu mendukung saya dalam hal apapun.
3. Teman-teman Tim Basket Putri UNY yang selalu memberi motivasi dan selalu memberi wadah untuk menyegarkan pikiran dikala jenuh.
4. Teman-teman Awor Gallery & Coffee yang selalu menjadi rumah dan selalu mendukung juga memberi kesempatan untuk mengembangkan keterampilan saya dalam bidang apapun.
5. Teman-teman futsal dan korfbal yang selalu mendukung untuk segera menyelesaikan studi.
6. Semua teman yang tidak bisa saya sebutkan satu-persatu. Terimakasih telah menemani disetiap situasi dan kondisi dimana saya merasa tersudut dan tidak punya ide untuk mengerjakan skripsi. Terimakasih untuk waktu yang diberikan untuk selalu memberi dukungan dan jalan keluar dalam mengerjakan Tugas Akhir ini.

TINGKAT KECEMASAN WASIT BOLA BASKET DI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA SAAT MEMIMPIN PERTANDINGAN

Oleh:

Retna Kumalasari

NIM 12602241063

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar tingkat kecemasan wasit yang ada di Daerah Istimewa Yogyakarta saat memimpin pertandingan.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan adalah metode survei. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan angket. Subjek penelitian adalah wasit bola basket sebanyak 35 orang yang tergabung dalam Paguyuban Wasit Perbasi DIY. Penelitian ini dilaksanakan di beberapa tempat yang dijadikan arena pertandingan yang ada di Daerah Istimewa Yogyakarta. Teknik analisis data deskriptif yang dikonversikan ke dalam bentuk persentase.

Hasil penelitian berdasarkan urutan persentase terbanyak, yaitu 12 responden (34,2%) memiliki kategori rendah, 11 responden (31,4%) memiliki kategori tinggi, 10 responden (28,5%) memiliki kategori sedang, dan sebanyak masing-masing 1 responden (2,8%) pada kategori sangat tinggi dan juga sangat rendah. Berdasarkan hasil penelitian, kondisi saat ini tentang seberapa besar tingkat kecemasan wasit bola basket yang ada di Daerah Istimewa Yogyakarta saat memimpin pertandingan yang paling dominan ada pada kategori rendah.

Kata kunci: *kecemasan, wasit bola basket, Daerah Istimewa Yogyakarta.*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa 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 Bola Basket di 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. Budi Aryanto, M.Pd, selaku Dosen Pembimbing TAS yang telah banyak memberikan semangat, dorongan, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Budi Aryanto, S.Pd. M.Pd selaku Ketua Penguji, Cukup Pahalawidi, M.Or. selaku Sekertaris, dan Prof. Dr. Djoko Pekik Irianto, M.Kes. selaku Penguji yang sudah memberikan korelasi perbaikan secara komprehesif terhadap TAS ini.
3. CH. Fajar Sri Wahyuniati, S.Pd., M.Or. selaku Ketua Jurusan Pendidikan Kepelatihan dan Ketua Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya TAS ini.
4. Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
5. Dr. Sutrisna Wibawa, M.Pd, selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberian kesempatan menempuh pendidikan di Universitas Negeri Yogyakarta.
6. Seluruh wasit bola basket yang tergabung dalam Paguyuban Wasit Perbasi DIY.

7. Teman-teman Awor Gallery & Coffee yang senantiasa memberi dukungan untuk segera menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi.
8. Tim UKM Bola Basket putri UNY yang selalu memberi dorongan tiada henti untuk menyelesaikan studi.
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 semua pihak di atas berikan menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Tuhan Yang Maha Esa dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, 6 Desember 2018

Penulis,



Retna Kumalasari

NIM 12602241063

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	3
C. Batasan Masalah.....	4
D. Rumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian	4
F. Manfaat Penelitian	4
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	6
A. Deskripsi Teori.....	6
1. Hakikat Bola Basket.....	6
2. Peraturan Permainan	9
3. Wasit dan Perwasitan	18
4. Hakikat Kecemasan.....	28
5. Kecemasan Wasit dalam Pertandingan	36
B. Penelitian yang Relevan.....	39
C. Kerangka Berpikir.....	41
D. Pertanyaan Penelitian	42
BAB III. METODE PENELITIAN.....	43
A. Desain Penelitian.....	43

B. Lokasi dan Waktu Penelitian	44
C. Populasi dan Sampel Penelitian	44
D. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	45
E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data	46
F. Validitas dan Relibilitas Instrumen.....	50
G. Teknik Analisis Data.....	53
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	55
A. Hasil Penelitian	55
B. Pembahasan.....	60
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN.....	66
A. Kesimpulan	66
B. Implikasi Hasil Penelitian	66
C. Keterbatasan Penelitian.....	66
D. Saran-saran.....	67
DAFTAR PUSTAKA	68
LAMPIRAN.....	69

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kisi-kisi Angket Uji Coba.....	49
Tabel 2. Hasil Validitas Instrumen Penelitian.....	51
Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen Hasil Validitas.....	52
Tabel 4. Norma Penilaian.....	54
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Wasit Bola Basket saat Memimpin Pertandingan di Daerah Istimewa Yogyakarta	55
Tabel 6. Analisis Statistik Faktor Intrinsik Tingkat Kecemasan Wasit	57
Tabel 7. Distribusi Frekuensi Faktor Intrinsik Tingkat Kecemasan Wasit.....	57
Tabel 8. Analisis Statistik Faktor Ekstrinsik Tingkat Kecemasan Wasit.....	59
Tabel 9. Distribusi Frekuensi Faktor Ekstrinsik Tingkat Kecemasan Wasit ...	59

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Bagan Kerangka Berpikir.....	41
Gambar 2. Diagram Tingkat Kecemasan Wasit Bola Basket saat Memimpin Pertandingan di Daerah Istimewa Yogyakarta	56
Gambar 3. Diagram Faktor Intrinsik.....	58
Gambar 4. Diagram Faktor Ekstrinsik	60

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Kartu Bimbingan Tugas Akhir Skripsi.....	70
Lampiran 2. Surat Permohonan Izin Uji Coba Penelitian FIK UNY.....	72
Lampiran 3. Surat Permohonan Izin Penelitian FIK UNY	73
Lampiran 4. Angket Penelitian	74
Lampiran 5. Deskripsi Data Penelitian	77
Lampiran 6. Data Statistik.....	78
Lampiran 7. Validasi dan Reliabilitas	80
Lampiran 8. Tabel Nilai r <i>Product Moment</i>	81
Lampiran 9. Foto Dokumentasi.....	82

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. 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 bola basket.

Bola basket merupakan olahraga permainan yang dimainkan oleh dua tim masing-masing terdiri dari lima pemain yang bertujuan untuk mencetak poin ke keranjang lawan dan tidak memberi kesempatan untuk lawan mencetak poin (PERBASI, 2014: 1). Pendapat Dedy Sumiyarsono (2002: 90-91), permainan bola basket merupakan permainan yang dimainkan oleh dua regu baik putra maupun putri yang masing-masing regu terdiri dari lima orang pemain yang bertujuan memasukkan bola ke dalam keranjang lawan dan menahan agar keranjangnya tidak memasukkan bola.

untuk dapat menahan agar pemain lawan tidak dapat mencetak poin, dibutuhkan kerjasama yang baik dari setiap pemain. Dan kerjasama itu akan

terbentuk seiring dengan banyaknya waktu yang dihabiskan oleh pemain untuk melakukan latihan bersama. Dengan memiliki sebuah tim yang kompak, diharapkan hal tersebut dapat menjadi modal untuk meraih prestasi yang diinginkan.

Prestasi yang diraih oleh pemain merupakan hasil dari banyak faktor yang membentuk pemain tersebut, baik faktor internal maupun faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri pemain itu sendiri, sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang dapat mempengaruhi seorang pemain yang berasal dari luar diri pemain, seperti keluarga, pelatih, alam, sarana dan prasarana, penonton, organisasi, dan juga wasit.

Sebagai contoh yang menjadi faktor eksternal adalah peranan wasit dalam pertandingan. Sebagai seorang yang memimpin jalannya pertandingan, wasit harus dapat memimpin dengan objektif. Objektivitas menjadi hal yang penting dalam sebuah pertandingan, karena hal tersebut sangat mempengaruhi keputusan yang akan diambil oleh wasit. Jika wasit tidak dapat memimpin pertandingan dengan baik sesuai dengan apa yang menjadi tugas wasit, maka hal tersebut bisa saja memicu ketidakpuasan pemain, *official*, bahkan penonton sekalipun. Terlebih ketika pihaknya berada dalam kondisi tertinggal atau kalah.

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

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 bola basket yang ada di Yogyakarta saat memimpin pertandingan.

B. Identifikasi Masalah

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

1. Belum diketahui sumber kecemasan pada wasit bola basket yang ada di Yogyakarta.
2. Belum diketahui tingkat kecemasan wasit bola basket yang ada di Yogyakarta saat memimpin pertandingan.
3. Belum diketahui kapan kecemasan terjadi pada wasit bola basket yang ada di Yogyakarta.
4. Kecemasan dapat mempengaruhi objektivitas wasit dalam memimpin pertandingan bola basket.

C. Batasan Masalah

Permasalahan terkait dengan kecemasan wasit bola basket sangat kompleks. Oleh sebab itu, agar pembahasan menjadi lebih fokus dan dengan mempertimbangkan segala keterbatasan penulis, masalah dalam skripsi ini dibatasi pada tingkat kecemasan wasit bola basket di Yogyakarta.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang sudah diuraikan diatas, maka masalah dalam skripsi ini dapat dirumuskan sebagai berikut: “Seberapa besar tingkat kecemasan wasit bola basket yang ada di Daerah Istimewa Yogyakarta saat memimpin pertandingan ?”

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui seberapa besar tingkat kecemasan wasit bola basket yang ada di Daerah Istimewa Yogyakarta saat memimpin pertandingan.

F. Manfaat Penelitian

1. Bagi penulis, penelitian ini dapat menjadi syarat kelulusan strata satu yang sedang ditempuh, yang diharapkan dapat menjadi penelitian yang berguna dikemudian hari.
2. Bagi wasit bola basket, penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam mempersiapkan diri sebelum memimpin suatu pertandingan.
3. Bagi pelaku olahraga, penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan atau pengetahuan bahwa semua aspek yang ada di dalam lapangan

memiliki peran masing-masing yang bisa berpengaruh terhadap pertandingan. Dan diharapkan untuk semua aspek dapat menghormati setiap detik jalannya pertandingan agar pertandingan dapat dinikmati sebaik-baiknya oleh semua aspek.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Hakikat Bola Basket

a. Pengertian Bola Basket

Bola basket adalah olahraga berkelompok yang terdiri atas dua tim beranggotakan masing-masing lima orang yang saling bertanding mencetak poin dengan memasukkan bola ke dalam keranjang lawan. Menurut peraturan PERBASI (2012: 1), bola basket adalah permainan yang dimainkan oleh dua tim masing-masing terdiri dari lima pemain. Tujuan dari masing-masing tim adalah untuk memasukkan bola ke ring basket lawan dan berusaha mencegah tim lawan memasukkan bola. Tim yang mencetak angka lebih banyak pada akhir waktu permainan akan menjadi pemenang.

Dedy Sumiyarsono (2002: 1) mengemukakan bahwa bola basket merupakan jenis olahraga yang menggunakan bola besar, dimainkan dengan tangan dan mempunyai tujuan memasukkan bola sebanyak mungkin (ke keranjang) lawan, serta menahan lawan agar jangan memasukkan bola ke keranjang sendiri dengan cara lempar tangkap (*passing*), menggiring (*dribble*), dan menembak (*shooting*).

Bola basket adalah permainan yang sederhana, mudah dipelajari dan dikuasai dengan sempurna yang juga menuntut perlunya melakukan suatu latihan baik (disiplin) dalam rangka pembentukan kerja sama tim. Permainan ini juga menyuguhkan kepada penonton banyak hal seperti

dribbling sembari meliuk-liuk dengan lincah, tembakan yang bervariasi, terobosan yang fantastik, gerakan yang penuh tipu daya dan silih bergantinya mencetak poin dari regu yang bertanding (Nuril Ahmadi, 2007: 2).

Berdasarkan pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa bola basket adalah permainan yang dimainkan oleh dua tim masing-masing beranggotakan lima orang yang bertujuan untuk memasukkan bola sebanyak mungkin kedalam ring lawan dan mencegah lawan mencetak angka.

b. Jenis Kompetisi Bola Basket

Dalam pertandingan bola basket ada beberapa macam kompetisi atau kejuaraan yang diselenggarakan. Berdasarkan pasal 36 dalam AD/ART KONI disebutkan bahwa penyelenggaraan kegiatan olahraga yang dikoordinasikan oleh KONI adalah sebagai berikut:

- 1) Pekan Olahraga Nasional (PON)
- 2) Pekan Olahraga Wilayah (PORWIL)
- 3) Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV)
- 4) Pekan Olahraga Kabupaten/Kota (PORKAB/PORKOT)
- 5) Pekan Olahraga Nasional Remaja (PON Remaja)

Tanggung Jawab Penyelenggaraan

- a. Penanggung jawab penyelenggaraan Pekan Olahraga Nasional adalah KONI Pusat, yang pelaksanaannya didelegasikan kepada Pemerintah Provinsi yang telah ditetapkan melalui Musornas/Musornaslub KONI Pusat;

- b. Penanggung jawab penyelenggaraan Pekan Olahraga Wilayah adalah KONI Provinsi yang pelaksanaannya didelegasikan kepada Pemerintah Provinsi yang ditetapkan melalui pertemuan antar KONI Provinsi dalam satu wilayah;
- c. Penanggung jawab penyelenggaraan Pekan Olahraga Provinsi adalah KONI Provinsi yang pelaksanaannya didelegasikan kepada Pemerintah Kabupaten/ Kota yang telah ditetapkan melalui Musprov/Musprovlub KONI Provinsi;
- d. Penanggung jawab penyelenggaraan Pekan Olahraga Kabupaten/ Kota adalah KONI Kabupaten/ Kota yang pelaksanaannya didelegasikan kepada Pemerintah Kabupaten/ Kota yang telah ditetapkan melalui Musorkab/ kot/ Musorkaplub/ kotlub KONI Kabupaten/ Kota;

Sedangkan kompetisi dan kejuaraan dibawah naungan Perbasi yakni:

- a. Kompetisi yang diselenggarakan Perbasi antara lain:
 - 1) Kompetisi Tingkat Kota/Kabupaten
 - 2) Kompetisi Tingkat Provinsi
 - 3) Kompetisi Tingkat Nasional
- b. Kejuaraan yang diselenggarakan Perbasi antara lain:
 - 1) Kejuaraan Tingkat Kota/Kabupaten
 - 2) Kejuaraan Tingkat Provinsi
 - 3) Kejuaraan Tingkat Wilayah
 - 4) Kejuaraan Tingkat Nasional

5) Kejuaraan Tingkat Internasional

Untuk penyelenggaraan Kejuaraan lainnya, diatur dalam pasal 37 bahwa:

- a. KONI membantu meningkatkan prestasi cabang olahraga anggotanya dengan berperan aktif mendukung penyelenggaraan *single/multi event* yang diselenggarakan/ diikuti oleh anggota;
- b. Bahwa setiap anggota yang akan mengikuti/ menyelenggarakan Kejuaraan *single/multi event* harus berkoordinasi dengan KONI;
- c. Bahwa setiap *single/multi event* bertaraf regional dan internasional yang diselenggarakan oleh KONI Provinsi harus berkoordinasi dengan KONI Pusat dan induk organisasi cabang olahraga.

2. Peraturan Permainan

Berdasarkan peraturan FIBA (2014), dijelaskan peraturan permainan yang menjadi acuan dalam bermain adalah sebagai berikut.

- a. Awal Permainan
 - 1) Pertandingan tidak dapat dimulai jika salah satu tim tidak berada di lapangan dengan lima (5) orang pemain yang siap untuk bermain.
 - 2) Pertandingan resmi dimulai saat *referee* memegang bola dan melangkah ke lingkaran tengah untuk melaksanakan *jump ball*.
 - 3) Pertandingan dimulai dengan *jump ball* di lingkaran tengah lapangan.
- b. Kedudukan Bola

Beberapa hal yang menyebabkan terjadinya bola adalah sebagai berikut:

- 1) bola dilepaskan dari tangan (kedua tangan) wasit;
- 2) pada saat lemparan bebas (*free throw*), wasit memberikan bola kepada pemain yang akan melakukan lemparan bebas;
- 3) pada saat lemparan ke dalam (*throw-in*), bola berada di tangan pemain yang akan melakukan lemparan ke dalam;

Beberapa hal yang menyebabkan matinya bola adalah sebagai berikut:

- 1) Terjadi gol atau lemparan bebas yang sah;
 - 2) Wasit meniup peluitnya ketika bola ada dalam permainan (hidup);
 - 3) Secara jelas bahwa bola tidak akan masuk ke jaring pada saat melakukan tembakan bebas;
 - 4) Peluit tanda berakhirnya suatu babak dalam pertandingan;
 - 5) Peluit tanda *twenty-four (24) seconds* berbunyi saat suatu tim sedang menguasai bola;
 - 6) Bola yang sedang melayang pada suatu tembakan untuk mencetak angka disentuh oleh seorang pemain dari tim manapun setelah:
 - a) seorang wasit meniup peluitnya;
 - b) sinyal jam pertandingan berbunyi untuk mengakhiri suatu babak dalam pertandingan;
 - c) sinyal jam *twenty-four (24) seconds* berbunyi;
- c. Bola Loncat (*jump ball*)

Prosedur pelaksanaan bola loncat adalah sebagai berikut:

- 1) Bola loncat terjadi jika wasit melakukan lemparan bola ke atas di antara dua (2) pemain yang berlawanan;
- 2) Agar bola loncat itu sah, bola harus ditepis dengan tangan oleh pemain atau kedua pemain yang melakukan loncatan;
- 3) Bola loncat harus dilaksanakan pada lingkaran tengah antara kedua pemain yang mana saja dari setiap regu yang berlawanan dan ditunjuk oleh kapten regu;
- 4) Peloncat hanya boleh menepis bola sebanyak dua kali dan setelah itu tidak boleh menyentuh bola sampai bola tersebut disentuh oleh seorang dari 8 pemain lainnya atau telah terjatuh ke lantai, atau menyentuh jaring atau papan pantul dalam hal ini ada 4 kemungkinan sentuhan oleh kedua peloncat pada saat bola loncat berlangsung;
- 5) Kedelapan pemain lainnya tetap diluar lingkaran sampai bola ditepis;
- 6) Jika bola tidak ditepis oleh salah seorang atau kedua peloncat atau jika bola menyentuh lantai tanpa ditepis oleh seorang atau kedua peloncat, maka bola loncat harus diulang;

d. Pergantian Pemain

Peraturan pergantian pemain adalah sebagai berikut:

- 1) Jumlah pemain dalam tiap regunya berjumlah 10 sampai 12 orang;

- 2) Sebuah tim dapat menggantikan seorang pemain (-pemain) saat ada kesempatan untuk pergantian pemain, dimulai ketika:
 - a) untuk kedua tim, bola menjadi mati, jam pertandingan dihentikan dan wasit telah menyelesaikan komunikasinya dengan petugas meja;
 - b) untuk kedua tim, bola menjadi mati setelah *free-throw* terakhir atau satu-satunya yang berhasil;
 - c) untuk tim yang tidak mencetak angka, tercipta bola masuk ketika jam pertandingan menunjukkan menit 2:00 atau kurang pada babak keempat dan pada masing-masing babak tambahan;
- 3) Hanya pemain pengganti yang mempunyai hak untuk meminta pergantian pemain. Dia (bukan pelatih atau asisten pelatih) akan menuju ke petugas meja dan meminta pergantian pemain dengan jelas, membuat tanda pergantian konvensional dengan tangannya, atau duduk di bangku pergantian pemain. Dia harus siap untuk segera bermain;
- 4) Pemain pengganti diperbolehkan memasuki lapangan dan menggantikan posisi pemain yang digantikan setelah wasit meniupkan peluitnya dan mengisyaratkan pemain tersebut memasuki lapangan;

- 5) Jika pergantian pemain diminta selama jeda permainan selain selama waktu jeda setengah babak, pemain pengganti harus melapor ke pencatat angka sebelum memasuki pertandingan;

e. *Violation*

Violation adalah penyimpangan atas peraturan. dan sebagai hukuman dari penyimpangan yang dilakukan, maka bola akan diberikan kepada lawan untuk *throw-in* di tempat terdekat dengan penyimpangan, kecuali tepat berada di belakang papan pantul, dan kecuali kalau dinyatakan lain dalam peraturan.

a. *Travelling*

Travelling adalah pergerakan yang tidak sah dari satu atau dua kaki melebihi batas yang telah ditentukan, ke segala arah, ketika memegang bola hidup di lapangan permainan.

b. *Three Seconds*

Seorang pemain tidak boleh berada di daerah bersyarat lawan lebih dari tiga (3) detik berturut-turut ketika timnya sedang menguasai bola hidup di *front court*.

c. *Eight Seconds*

Seorang pemain tidak boleh menguasai bola di daerah pertahanannya sendiri selama lebih dari delapan (8) detik atau ketika sedang *throw-in*, bola menyentuh atau disentuh secara sah oleh pemain manapun di *back court* dan tim dari pemain yang melakukan *throw-in* tetap menguasai bola di *back court* tersebut.

d. *Twenty four Seconds*

Twenty four Seconds adalah waktu yang diberikan kepada sebuah tim untuk melakukan penguasaan atas bola hidup dan waktu yang diberikan untuk melakukan penyerangan atau usaha mencetak angka dalam sebuah permainan.

f. *Foul*

Foul adalah penyimpangan dari peraturan mengenai persinggungan perseorangan yang tidak sah dengan seorang lawan dan/atau perilaku yang tidak sportif.

Foul yang terjadi ketika seorang pemain sedang melakukan *shooting* akan mendapatkan *free throw*. Sedangkan jika *foul* terjadi ketika pemain tidak sedang dalam posisi menembak maka hanya akan diberikan lemparan bebas dari garis tepi lapangan.

a) *Personal Foul*

Personal foul adalah *foul* persinggungan seorang pemain dengan seorang lawan, baik saat bola hidup ataupun mati.

b) *Double Foul*

Double foul adalah situasi di mana dua (2) pemain yang berlawanan saling melakukan *personal foul* satu sama lainnya pada waktu yang hampir bersamaan.

c) *Unsportsmanlike Foul*

Unsportsmanlike foul adalah *personal foul* seorang pemain di mana dalam penilaian wasit bukan merupakan usaha yang

dibenarkan untuk memainkan bola secara langsung di dalam semangat dan maksud dari peraturan.

d) *Disqualifying Foul*

Disqualifying foul merupakan tindakan *unsportsmanlike* yang berlebihan oleh seorang pemain atau anggota tim cadangan.

e) *Technical Foul*

Technical foul adalah *foul* tanpa persinggungan seorang pemain atas perilaku yang dalam batas kewajaran.

g. Wasit, Petugas Meja, *Commissioner*: Tugas dan Wewenang

Wasit, petugas meja dan *commissioner*

Wasit yang bertugas terdiri dari seorang *referee* dan satu (1) atau dua (2) *umpire*. Mereka dibantu oleh petugas meja dan oleh seorang *commissioner*, jika hadir.

1) *Referee*

- a) Bertugas untuk memeriksa dan memberi persetujuan atas semua perlengkapan yang akan dipakai selama pertandingan.
- b) Memastikan semua perlengkapan pertandingan siap dan berjalan dengan baik.
- c) Memiliki kewenangan untuk menghentikan pertandingan ketika keadaan mengharuskannya.

d) Membuat keputusan akhir kapanpun dibutuhkan atau ketika wasit-wasit tidak sependapat setelah berkonsultasi dengan *umpire (-umpire)*, *commissioner*, dan atau petugas meja.

2) Wasit

a) Wasit akan mempunyai wewenang untuk membuat keputusan pada penyimpangan peraturan yang dilakukan baik di dalam atau di luar garis batas termasuk petugas meja, bangku cadangan dan daerah dekat belakang garis.

b) Wasit akan memberi tanda jika terjadi suatu penyimpangan peraturan.

c) Setiap wasit mempunyai wewenang untuk membuat keputusan dalam batas tugasnya, tetapi tidak punya kewenangan untuk mengabaikan atau menentang keputusan yang dibuat oleh wasit-wasit lainnya.

d) Keputusan yang dibuat oleh wasit adalah mutlak dan tidak dapat diganggu gugat atau diabaikan.

3) Pencatat angka dan asisten pencatat angka

a) Petugas meja akan terdiri dari seorang pencatat angka, seorang asisten pencatat angka, seorang pengatur waktu dan seorang operator jam *twenty four (24) seconds*.

b) Pencatat angka yang bertugas akan mencatat semua perolehan angka, dan mencatat bola masuk dan *free-throw* yang tercipta.

- c) Mencatat *foul* yang dibebankan kepada setiap pemain. Pencatat angka harus segera memberitahu wasit ketika *foul* kelima dibebankan kepada pemain manapun.
 - d) *Time-out*, dia harus memberitahu wasit atas kesempatan *time-out* ketika suatu tim telah meminta *time-out* dan memberitahu pelatih melalui seorang wasit ketika pelatih sudah tidak punya *time-out* tersisa pada suatu babak.
 - e) *Alternating possession* berikutnya, dengan mengoperasikan anak panah *alternating possession*. Menunjukkan jumlah *foul* yang dilakukan oleh setiap pemain dengan mengangkat tanda dengan nomor jumlah *foul* yang dilakukan oleh pemain tersebut.
 - f) Mengadakan pergantian pemain
 - g) Asisten pencatat angka akan mengoperasikan papan pencatat angka dan membantu pencatat angka mengoreksi jika ada ketidakcocokan antara papan pencatat angka dan *score sheet*.
- 4) Pengatur waktu
- a. Pengatur waktu bertugas untuk mengukur waktu permainan dan memastikan bahwa sinyal jam pertandingan berbunyi keras dan bekerja secara otomatis di akhir suatu babak atau suatu permainan.
- 5) *Commissioner* akan duduk di antara pencatat angka dan pengatur waktu. Tugas utamanya adalah untuk mengetahui kerja dari

petugas meja dan membantu *referee* dan *umpire* (*-umpire*) dalam memperlancar pertandingan.

3. Wasit dan Perwasitan

1) Perwasitan Umum

Wasit adalah seorang yang bertugas memimpin jalannya pertandingan (Dedy Sumiyarsono, 2002: 90). Wasit mempunyai peran yang sangat penting di dalam pertandingan, karena dengan adanya wasit akan membentuk situasi yang akan berpengaruh terhadap pemain maupun penonton. Selain memiliki peran yang penting di dalam suatu pertandingan, wasit pun memiliki tugas untuk menjaga agar pertandingan dapat berjalan dengan lancar tanpa atau sesedikit mungkin terjadi gangguan, menentukan tim mana yang berhak memegang bola, memutuskan tim mana yang melakukan pelanggaran, maupun menentukan konsekuensi apa yang akan diterima ketika pemain melakukan pelanggaran.

Dedy Sumiyarsono (2002: 91-94) berpendapat, agar seorang wasit bola basket dapat melaksanakan kewajibannya dengan baik, maka harus dapat memenuhi tuntutan perwasitan terhadap dirinya. Adapun tuntutan seorang wasit agar dapat melaksanakan kewajibannya adalah:

a. Bakat

Perwasitan merupakan seni, pribadi yang dapat mengembangkan seni dari potensi dirinya akan menjadi wasit yang baik. Sedangkan seni memerlukan bakat, perkembangan manusia dipengaruhi oleh faktor

dalam (bakat) dan faktor luar (pendidikan). Hanya, bagi mereka yang mempunyai bakat tertentu perkembangannya akan lebih cepat dari pada mereka yang tidak yang tidak berbakat.

b. Kemauan

Kemauan untuk menjadi wasit yang baik merupakan modal utama guna mengembangkan kemampuan mewasiti. Adanya kemauan yang besar merupakan dorongan kepada seseorang untuk belajar, mencari pengalaman, dan berlatih. Meskipun kadang-kadang seseorang tidak berbakat, jika mempunyai kemauan untuk menjadi wasit yang baik, maka seseorang tersebut tidak akan berhenti berusaha untuk meningkatkan kemampuan mewasiti dan akan selalu belajar, berlatih, dan mencari pengalaman sehingga cita-citanya akan tercapai.

c. Kesegaran Jasmani yang Baik

Kesegaran jasmani yang baik bagi seorang wasit akan berarti bahwa wasit tersebut mampu melaksanakan tugas wasit tanpa adanya gangguan jasmaniah. Oleh sebab itu, jika wasit memiliki kesegaran jasmani yang baik, akan mampu untuk mempertahankan ketenangan, konsentrasi, ketepatan, dan waktu reaksi dalam pengambilan keputusan.

d. Kewibawaan

Wasit adalah seorang pemimpin, agar dapat memimpin dengan baik harus memiliki wibawa. Berarti bahwa orang yang dipimpin akan mencurahkan kepercayaannya kepada pemimpin. Dan agar wasit

dapat memperoleh wibawa diperlukan antara lain (Dedy Sumiyarsono, 2002: 92):

- a) kepribadian yang baik;
- b) sikap perwujudan yang baik;
- c) cara berpakaian yang sopan sesuai dengan situasi;
- d) klasifikasi perwasitan yang tinggi;
- e) berpengalaman;
- f) umur sebaiknya antara 25-45 tahun;
- g) kecakapan mewasiti yang baik;

e. Pemusatan Perhatian

Wasit yang baik harus mampu memusatkan perhatian sejak sebelum bertugas sampai selama bertugas. Dalam memimpin pertandingan, wasit dituntut untuk dapat memusatkan perhatian dengan baik, harus menguasai peraturan permainan maupun peraturan pertandingan. Disamping itu, guna mempertahankan kemampuan untuk memusatkan perhatian yang kuat selama pertandingan berlangsung, seorang wasit sebaiknya bergerak dan atau menirukan sikap kesiapan seorang wasit.

f. Bebas dari Rasa Takut

Wasit dalam memimpin pertandingan sebaiknya terbebas dari rasa takut, sebab apabila rasa takut muncul akan mengakibatkan kehilangan konsentrasi sehingga pengambilan keputusan akan terlambat, bertindak ragu-ragu bahkan salah mengambil keputusan. Rasa takut akan muncul karena wasit merasa kurang kemampuannya,

merasa tidak berpengalaman, merasa kurang menguasai peraturan permainan atau peraturan pertandingan serta memiliki kualifikasi yang tidak sesuai.

g. Penguasaan Kecakapan Perwasitan

Keadaan sifat manusia pada suatu saat akan mempengaruhi tingkat seni perwasitan yang berbeda, hal tersebut disebabkan karena kondisi dan situasi yang berbeda. Baik buruknya perwasitan seseorang pada suatu saat akan tergantung pada tingkat seni perwasitan dan kemampuan penerapan kecakapan mewasiti. Dedy Sumiyarsono (2002: 94) berpendapat bahwa kecakapan mewasiti ditentukan oleh tiga faktor, yaitu:

- a) potensi mewasiti;
- b) hubungan antara wasit dengan pemain;
- c) hubungan antara wasit dengan penonton;

Potensi adalah kemampuan atau kekuatan yang belum dikembangkan dengan optimal. Namun apabila seseorang memiliki potensi, dalam persoalan ini adalah potensi untuk mewasiti maka hal tersebut akan menjadi pegangan atau dasar seseorang yang dapat memudahkan seseorang untuk dapat mengembangkannya. Potensi ini pula yang akan menunjang wasit untuk dapat menjalankan tugasnya secara maksimal.

Hubungan antara wasit dengan pemain adalah sebuah hubungan profesional. Dalam sebuah pertandingan, wasit bertugas

untuk memimpin jalannya pertandingan. Dalam menjalankan tugasnya wasit tidak boleh memihak salah satu tim melainkan harus mengikuti aturan perwasitan yang berlaku.

Dalam sebuah pertandingan apabila seorang pemain akan melakukan protes terhadap keputusan yang dibuat oleh wasit, tidak boleh dilakukan secara langsung. Pemain harus menyampaikan kepada kapten tim, selanjutnya kapten tim kepada pelatih, oleh pelatih protes akan disampaikan wasit meja dan selanjutnya disampaikan kepada wasit pertandingan.

Hubungan antara wasit dengan penonton yang baik dapat menjadi sebuah modal dalam mewujudkan jalannya pertandingan yang lancar dan kondusif. Wasit yang mampu mengatur penonton supaya kooperatif dan sportif akan mendukung wasit dalam menjalankan tugasnya.

2) Peraturan Perwasitan

Wasit bola basket ditentukan oleh Pengurus Besar PERBASI, dalam hal ini PB PERBASI dibantu oleh Komisi Perwasitan baik di tingkat pengurus cabang maupun pengurus daerah. Hak dan kewajiban Komisi Perwasitan adalah merencanakan penataran, mengangkat, memberhentikan seorang wasit dari klasifikasi C sampai klasifikasi A, serta mengusulkan para wasit untuk mengikuti ujian wasit tingkat Internasional maupun bertugas dalam memimpin dalam pertandingan yang

diselenggarakan baik di tingkat cabang, daerah, nasional maupun internasional. Berdasarkan pendapat Dedy Sumiyarsono (2002: 94-96), klasifikasi wasit bola basket terdiri dari:

a. Wasit Anggota C

Wasit klasifikasi C adalah seorang wasit yang dibina oleh Pengurus Cabang PERBASI. Lisensi C dapat diperoleh berdasarkan usulan Komisi Wasit Cabang untuk memperoleh keterangan lisensi C. Wasit berlisensi C berhak untuk memimpin pertandingan antar regu dalam lingkungan pengurus cabang.

b. Wasit Daerah (B2)

Wasit klasifikasi B2 adalah seorang wasit yang dibina oleh Pengurus Daerah PERBASI. Lisensi B2 dapat diperoleh berdasarkan hasil ujian kenaikan lisensi yang telah dinyatakan lulus dari lisensi C, karena kewenangan mengeluarkan lisensi wasit B2 oleh komisi wasit Daerah. Wasit berlisensi B2 berhak memimpin pertandingan antar regu dalam lingkungan pengurus daerah.

c. Wasit Wilayah (B1)

Wasit B1 yang aktif melakukan kegiatan perwasitan daerah dan telah dinyatakan lulus oleh komisi perwasitan tingkat pengurus daerah maka berhak memimpin pertandingan tingkat Nasional, seperti PON, KOBATAMA, KOBANITA.

d. Wasit Nasional (A)

Wasit B1 yang telah dinyatakan lulus oleh komisi perwasitan tingkat pengurus besar, berhak memperoleh lisensi A yang dikeluarkan oleh komisi wasit pengurus besar. Wasit yang berlisensi A berhak memimpin pertandingan tingkat Nasional, seperti Pekan Olahraga Nasional, KOBATAMA, KOBANITA.

e. Wasit Internasional

Wasit berlisensi A yang telah dinyatakan layak oleh komisi perwasitan tingkat pengurus besar, maka berhak mengikuti ujian wasit tingkat internasional yang dilakukan oleh komisi wasit tingkat regional atas persetujuan FIBA yang diselenggarakan di suatu negara. Apabila dinyatakan lulus berhak menyandang lisensi wasit internasional. Wasit berlisensi FIBA berhak memimpin pertandingan internasional baik dalam maupun luar negeri.

Profesi wasit bukanlah sebuah profesi yang dapat langsung disandang oleh seseorang. Seseorang yang ingin menjadi wasit harus melalui proses pendidikan/pelatihan/kursus dengan menjalani serangkaian tes sesuai dengan standar tingkat wasit. Seorang wasit dapat memimpin sebuah pertandingan sesuai dengan lisensi yang telah ditetapkan oleh PERBASI.

Seorang wasit dapat dinaikkan lisensinya ke jenjang yang lebih tinggi dengan syarat:

- 1) lisensi A ke FIBA : telah memiliki lisensi A minimal 2 tahun dan telah aktif memimpin kejuaraan tingkat Nasional serta ditunjang kemampuan berbahasa inggris;
- 2) lisensi B1 ke A : telah memiliki lisensi B1 minimal 2 tahun dan telah aktif memimpin kejuaraan Nasional dan Daerah;
- 3) lisensi B2 ke B1 : telah memiliki lisensi B2 selama 2 tahun dan aktif memimpin kejuaraan di daerah;
- 4) lisensi C ke B1 : telah aktif memimpin pertandingan yang diselenggarakan oleh PENGKAB dan memiliki lisensi C selama 2 tahun;

Sebelum menempuh ujian wasit, seseorang harus mengikuti penataran serta dinyatakan lulus standar kelulusan yang sudah ditetapkan. Standar kelulusan ujian wasit berdasarkan Kurikulum Nasional Penataran Wasit Bola Basket ditentukan berdasarkan:

a. Lisensi C

1. Tes tertulis

a) Tes tertulis dengan 50 pertanyaan pilihan ganda dengan target minimal 70%.

b) Komposisi soal 25 mudah, 15 sedang, dan 10 sulit.

2. Tes fisik

a) Tes fisik dengan standar *Bleep Test* minimal 76 balikan untuk pria.

- b) Tes fisik dengan standar *Bleep Test* minimal 68 balikan untuk wanita.
3. Tes praktek
- a) Tes praktek mewasiti 1 game dengan 1 evaluator sesuai standar tes praktek ketika penataran dengan hasil penilaian minimal 70%.

b. Lisensi B1

- 1) Tes tertulis
 - a) Tes tertulis dengan komposisi soal pilihan ganda, *mechanics and case study* dengan pencapaian minimal 75%.
- 2) Tes fisik
 - a) Tes fisik dengan standar *Bleep Test* minimal 86 balikan untuk pria.
 - b) Tes fisik dengan standar *Bleep Test* minimal 68 untuk wanita.
- 3) Tes praktek
 - a) Tes praktek mewasiti 1 game dengan 2 evaluator sesuai standar tes praktek ketika penataran dengan hasil penilaian minimal rata-rata 75%.

c. Lisensi B2

- 1) Tes tertulis
 - a) Tes tertulis dengan komposisi soal pilihan ganda, *mechanics and case study* dengan pencapaian minimal 70%.

- 2) Tes fisik
 - a) Tes fisik dengan *Bleep Test* minimal 76 balikan untuk pria.
 - b) Tes fisik dengan *Bleep Test* minimal 68 balikan untuk wanita.
- 3) Tes praktek
 - a) Tes praktek mewasiti 1 game dengan 1 evaluator sesuai standar tes praktek ketika penataran dengan hasil masing-masing 70%.

d. Lisensi A

- 1) Tes tertulis
 - a) Tes tertulis dengan komposisi soal pilihan ganda, *mechanics and case study* dengan pencapaian minimal 80%.
- 2) Tes fisik
 - a) Tes fisik dengan standar *Bleep Test* minimal 86 balikan untuk pria.
 - b) Tes fisik dengan standar *Bleep Test* minimal 68 balikan untuk wanita.
- 3) Tes praktek
 - a) Tes praktek mewasiti 1 game dengan 2 evaluator sesuai standar tes praktek ketika penataran dengan hasil penilaian masing-masing 80%.
 - b) Tes praktek mewasiti 3 pertandingan resmi tingkat Nasional yang diadakan PP Perbasi untuk mendapatkan lisensi.

4. Hakikat Kecemasan

Konsep Kecemasan Secara Umum

1. Pengertian Kecemasan

Kecemasan merupakan pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan mengenai kekhawatiran atau ketegangan berupa perasaan cemas, tegang, dan emosi yang dialami seseorang. Kecemasan adalah suatu keadaan tertentu (*state anxiety*) yaitu menghadapi situasi yang tidak pasti dan tidak menentu terhadap kemampuannya dalam menghadapi objek tersebut.

Kecemasan merupakan sebuah keadaan perasaan yang negatif yang ditandai oleh adanya perasaan khawatir, was-was, dan disertai dengan sistem kebutuhan (Robert S. Weinberg, 2003: 79). Sedangkan Borlow (2006: 158) mengungkapkan bahwa *anxiety* (kecemasan) adalah suasana perasaan (*mood*) yang ditandai oleh gejala-gejala jasmaniah, seperti ketegangan fisik dan kekhawatiran tentang masa depan. Menurut Singgih D. Gunarsa (1989: 147) kecemasan adalah perasaan tidak berdaya, tidak aman tanpa sebab yang jelas, kabur atau samar-samar.

Menurut Rita L. Atkinson (1983: 112) kecemasan merupakan emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai, seperti kekhawatiran, keprihatinan, dan rasa takut yang kadang-kadang kita alami dalam takut yang berbeda-beda. Kecemasan adalah "*Subjective feeling of apprehension and heightened physiological arousal*". Maksudnya bahwa kecemasan disebabkan oleh suatu

ancaman yang sifatnya umum dan subjektif (Singgih D. Gunarsa, 2008: 74).

Muchlas (1976: 142) mendefinisikan istilah kecemasan sebagai suatu pengalaman subjektif melalui ketegangan mental, kesukaran dan tekanan yang menyertai konflik atau ancaman. Sedangkan Freud dalam Alwisol (2005: 28) mengatakan bahwa kecemasan adalah fungsi ego untuk memperingatkan individu tentang kemungkinan datangnya suatu bahaya sehingga dapat disiapkan reaksi adaptif yang sesuai. Kecemasan 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.

Berdasarkan beberapa pendapat ahli di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan merupakan pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan dan keadaan emosi yang ditandai dengan adanya gejala beban psikologis berupa ketegangan, ketakutan, *stress*, perasaan tertekan, kegelisahan, kekhawatiran, frustrasi, dan konflik batin yang tidak dimengerti penyebabnya baik nyata maupun hanya imajinasi.

2. Macam-macam Kecemasan (*anxiety*)

Menurut Speiberger yang dikutip oleh Singgih D. Gunarsa (2008: 74), kecemasan dapat dibedakan menjadi dua bagian, yaitu :

- a. Kecemasan sebagai suatu sifat (*trait anxiety*), yaitu kecenderungan pada diri seseorang merasa terancam oleh sejumlah kondisi yang sebenarnya tidak berbahaya.

Secara teoritis, seorang yang didominasi oleh *trait anxiety* dapat mengubah gambaran kepribadiannya tersebut melalui berbagai pengalaman positif tertentu, seperti meraih sukses terus menerus. *Trait anxiety* adalah level kecemasan yang secara ilmiah dibawa oleh seseorang. Dalam *trait anxiety* ini, tingkat kecemasan akan berbeda-beda setiap individu berdasarkan kondisi kepribadian dasar yang dimilikinya.

- b. Kecemasan sebagai suatu keadaan (*state anxiety*), yaitu suatu keadaan atau kondisi emosional sementara pada diri seseorang ditandai dengan perasaan tegang dan kekhawatiran, bersifat subjektif dan meningginya aktivitas sistem syaraf otonom. *State anxiety* merupakan keadaan objektif ketika seseorang mempersepsikan rangsang-rangsang lingkungan yang memang menimbulkan kecemasan.

3. Aspek-aspek Kecemasan

Deffen Bacher dan Hazaleus dalam Register (1991) mengemukakan bahwa sumber penyebab kecemasan meliputi hal-hal di bawah ini.

- a. Kekhawatiran (*worry*) merupakan pikiran negatif tentang dirinya sendiri.

- b. Emosionalitas (*emotionality*) sebagai reaksi diri terhadap rangsangan saraf otonom, seperti jantung berdebar, keringat dingin dan tegang.
- c. Gangguan dan hambatan dalam menyelesaikan tugas (*task generated interference*) merupakan kecenderungan yang dialami seseorang yang selalu tertekan karena pemikiran yang rasional terhadap tugas.

4. Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan

1) Faktor Internal

a) Pengalaman

Menurut Horney dalam Trismiati (2006), sumber-sumber ancaman yang dapat menimbulkan kecemasan tersebut bersifat umum. Penyebab kecemasan dapat berasal dari berbagai kejadian di dalam kehidupan atau dapat terletak dalam diri seseorang itu sendiri.

b) Respon

Terhadap stimulus menurut Trismiati (2006), kemampuan seseorang menelaah rangsangan atau besarnya rangsangan yang diterima akan mempengaruhi kecemasan yang timbul.

c) Usia

Pada usia yang semakin tua maka seseorang semakin banyak pengalamannya sehingga pengetahuannya semakin bertambah

(Notoatmojo, 2003). Karena pengetahuannya banyak maka seseorang akan lebih siap dalam menghadapi sesuatu.

d) Gender

Berkaitan dengan kecemasan pada pria dan wanita, Myers (1943) dalam Trismiati (2006) menyatakan bahwa perempuan lebih cemas akan ketidakmampuannya dibanding dengan laki-laki, laki-laki lebih aktif, eksploratif, sedangkan perempuan lebih sensitif.

2) Faktor Eksternal

a) Dukungan Keluarga

Adanya dukungan keluarga akan menyebabkan seseorang lebih siap menghadapi permasalahan, hal ini dinyatakan oleh Kasdu (2002).

b) Kondisi Lingkungan

Kondisi lingkungan sekitar dapat menyebabkan seorang lebih siap dalam menghadapi permasalahan, misalnya lingkungan pekerjaan atau lingkungan bergaul yang tidak memberikan cerita negatif tentang efek negatif suatu permasalahan menyebabkan seseorang lebih kuat dalam menghadapi permasalahan.

c) Ketakutan

Yaitu ketakutan pada sesuatu yang menyebabkan timbulnya kecemasan. Bahkan ketakutan yang tanpa alasan pun dapat menimbulkan kecemasan yang makin lama makin serius.

d) Kebutuhan Yang Tidak Terpenuhi

Sekian banyaknya kebutuhan hidup yang paling mendasar disebutkan oleh beberapa ahli seperti, kebutuhan akan kenikmatan (Freud), kebutuhan akan kuasa (Alfred Adler), kebutuhan akan arti kehidupan (Victor Frankl), sampai pandangan cukup banyak orang akan kebutuhan mengasihi, dikasihi, dan merasa diri berharga. dan kala kebutuhan itu tidak tercukupi, maka akan menimbulkan kecemasan.

e) Keunikan Kepribadian

Setiap orang mempunyai kepribadian yang unik dalam bersikap hati terhadap realita maupun bukan realita. Ada orang yang tidak tahan menghadapi persoalan kecil lalu timbul kecemasan, tetapi ada tipe orang yang bisa menghadapi tekanan dan konflik hidup yang berat tanpa menimbulkan kecemasan apapun.

Adler & Rodman (1991) menyatakan ada dua faktor yang menyebabkan adanya kecemasan, yaitu:

1) Pengalaman Negatif Pada Masa Lalu

Pengalaman ini merupakan hal yang tidak menyenangkan pada masa lalu mengenai peristiwa yang dapat terulang lagi

pada masa mendatang apabila individual tersebut menghadapi situasi atau kejadian yang sama dan juga tidak menyenangkan.

2) Pikiran Yang Tidak Rasional

Ellis dalam Adler & Rondman (1991) memberi daftar kepercayaan atau keyakinan kecemasan sebagai contoh dari pikiran tidak rasional yang disebut buah pikiran yang keliru, yaitu:

a) Kegagalan Katostropik

Yaitu adanya asumsi dari diri individu bahwa akan terjadi sesuatu yang buruk pada dirinya. Individu mengalami kecemasan dan perasaan ketidakmampuan serta tidak sanggup mengatasi permasalahannya.

b) Kesempurnaan

Setiap individu menginginkan kesempurnaan. Individu ini mengharapkan dirinya berperilaku sempurna tidak ada yang cacat. Ukuran kesempurnaan dijadikan target dan sumber inspirasi bagi individu tersebut.

c) Persetujuan

Persetujuan adanya keyakinan yang salah didasarkan pada ide bahwa terhadap hal vital yang tidak hanya diinginkan tetapi juga untuk mencapai persetujuan dari sesama teman.

d) Generalisasi Yang Tidak Tepat

Keadaan ini juga memberi istilah generalisasi yang berlebihan. Hal ini terjadi pada orang-orang yang mempunyai sedikit pengalaman.

Sigmund Freud dalam Alwisol (2005) membagi faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan ke dalam tiga jenis, yakni:

a. kecemasan riil

Merupakan kecemasan atau ketakutan individu terhadap bahaya nyata yang berasal dari dunia luar (api, binatang buas, orang jahat, penganiayaan, hukuman)

b. kecemasan neurotik

Merupakan kecemasan atas tidak terkendalinya naluri-naluri primitif oleh ego yang nantinya bisa mendatangkan hukuman. Sumbernya berada di dalam diri sendiri. Kecemasan neurotik pada dasarnya berlandaskan kenyataan, sebab hukuman yang ditakutkan oleh ego individu berasal di dunia luar.

c. kecemasan moral

Yakni kecemasan yang timbul akibat tekanan superego atas ego individu telah atau sedang melakukan tindakan yang melanggar moral. Kecemasan moral ini menyatakan diri dalam bentuk rasa bersalah atau

perasaan berdosa. Sama halnya dengan kecemasan neurotik, kecemasan moral bersifat nyata, dalam arti bahwa tekanan superego atas ego yang menimbulkan kecemasan moral itu mengacu kepada otoritas-otoritas yang riil atau nyata di luar individu (orang tua, penegak hukum, masyarakat).

5. Kecemasan Wasit dalam Pertandingan

Menurut Stan Popovich yang dikutip oleh Singgih D. Gunarsa (2008: 75), kecemasan dapat menjadi masalah utama seorang wasit. Oleh karena itu wasit harus memiliki kemampuan untuk mengatasi kecemasan melalui beberapa teknik, baik secara umum maupun subjektif. Teknik secara umum maksudnya adalah cara yang diberikan oleh ahli-ahli psikologi, adapun dengan cara subjektif adalah aktivitas pribadi yang dapat menghilangkan atau mengurangi kecemasan.

Menurut Weinberg (2010: 2), terdapat hubungan yang erat antara kondisi psikologi wasit dengan penampilannya. Persentase pengaruh kondisi psikologi terhadap keberhasilan wasit dalam memimpin pertandingan mencapai 50% - 70%. Sedangkan Singgih D. Gunarsa (2008: 65-67) mengatakan bahwa kecemasan dapat berpengaruh pada kondisi psikologis maupun fisiologis seseorang. Maka dari itu

berikut adalah indikator untuk mengetahui tingkat kecemasan pada wasit:

a. Psikologis

Faktor psikologis yang menjadi indikator munculnya kecemasan dapat ditinjau secara kognitif yaitu kecemasan mengenai tingkat kekhawatiran dan pikiran negatif maupun emosi. Berikut adalah beberapa indikator secara psikologis yaitu:

- a) Wasit menjadi gelisah;
- b) Gejolak emosi naik turun, artinya wasit menjadi sangat peka sehingga cepat bereaksi atau sebaliknya, reaksi emosinya menjadi tumpul;
- c) Konsentrasi terhambat, sehingga kemampuan berfikir menjadi kacau;
- d) Kemampuan membaca pertandingan menjadi kurang;
- e) Timbulnya keragu-raguan dalam mengambil keputusan;

b. Fisiologis

Secara psikologis kecemasan fisiologis dapat terlihat dari kondisi somatif (kecemasan mengenai perubahan keadaan yang dirasakan secara fisiologi) yang berdampak pada psikomotor atau gerak. Beberapa indikator munculnya kecemasan secara fisiologis yaitu:

- a) Denyut jantung meningkat;
- b) Telapak tangan berkeringat;

- c) Mulut kering yang mengakibatkan bertambahnya rasa haus.
- d) Gangguan-gangguan pada perut atau lambung, baik yang benar-benar menimbulkan luka pada lambung maupun yang bersifat semu seperti mual-mual;
- e) Otot-otot pundak dan leher menjadi kaku;

Lebih lanjut Singgih D. Gunarsa (2008: 66) menyebutkan bahwa, jika seorang termasuk di dalamnya wasit dalam keadaan kondisi psikis dan fisiologis tersebut di atas, tentu penampilannya pun akan ikut terganggu. Gangguan-gangguan yang dialami wasit adalah sebagai berikut:

- 1) faktor ancaman dari luar yang menjadi sulit dikendalikan;
- 2) pengaturan ketepatan waktu untuk bereaksi menjadi berkurang;
- 3) koordinasi otot menjadi tidak sesuai dengan apa yang dikehendaki;
- 4) pemakaian energi menjadi boros. Maka kondisi tegang, wasit akan cepat merasa lelah;
- 5) kemampuan dan kecermatan dalam membaca permainan lawan menjadi berkurang;
- 6) pengambilan keputusan menjadi cenderung tergesa-gesa dan tidak sesuai dengan apa yang seharusnya dilakukan;
- 7) penampilan saat memutuskan suatu pelanggaran menjadi dikuasai oleh emosi sesaat;

Harsono yang dikutip oleh Singgih D. Gunarsa (2008: 63) berpendapat bahwa ada hubungan antara kecemasan yang menimpa atlet dalam pertandingan. Kasus yang sama juga terjadi pada diri seorang wasit. Adapun hubungan tersebut adalah sebagai berikut:

- 1) sebelum pertandingan dimulai, kecemasan biasanya naik;
- 2) selama pertandingan berlangsung, tingkat kecemasan biasanya semakin lama semakin naik;
- 3) mendekati akhir pertandingan, tingkat kecemasan biasanya akan naik lagi, terutama bila tensi pertandingan naik;

B. Penelitian yang Relevan

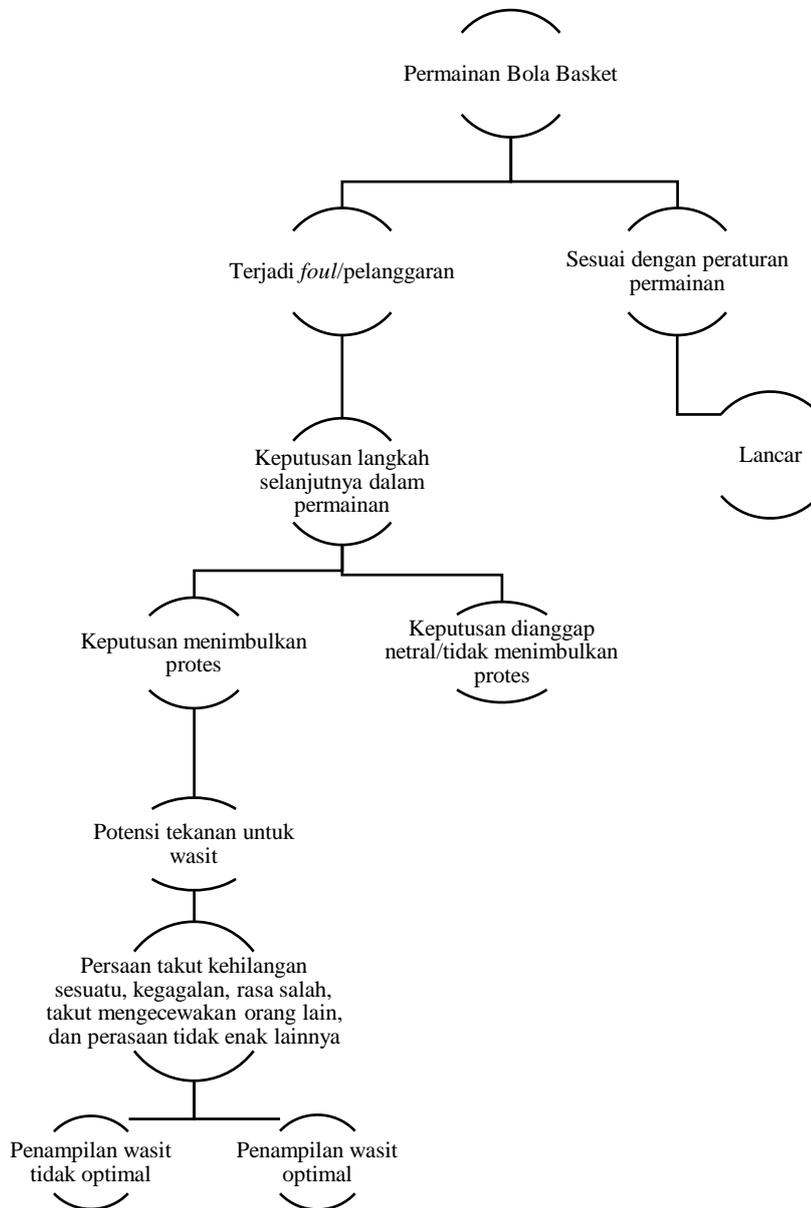
Penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah:

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 ketika memimpin pertandingan. Dalam penelitian yang sedang saya lakukan juga menggunakan sampel wasit, dengan menggunakan metode yang sama dan dengan instrumen yang sama 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 sampel penelitian yang berbeda karena penelitian saya menggunakan sampel wasit bola basket, selain itu teknik yang saya gunakan dalam penelitian ini adalah *accidental sampling*.

2. Penelitian kedua yang saya jadikan sumber atau acuan adalah penelitian yang dilakukan oleh Ales Nurdiansyah (2008) yang berjudul : tingkat kecemasan pehoki peserta kejuaraan *Hockey* tahun 2007 di Jakarta”. Dalam penelitian ini terdapat perbedaan subjek yang digunakan oleh Ales Nurdiansyah dengan subjek yang saya gunakan yaitu wasit bola basket yang ada di Yogyakarta. Namun memang instrumen yang digunakan sama yakni menggunakan angket, sehingga hasil yang akan didapatkan bisa dikategorikan sama. Saya memilih menjadikan penelitian ini sebagai acuan untuk penelitian saya karena penelitian ini sama-sama meneliti mengenai tingkat kecemasan yang dirasakan seseorang dalam sebuah pertandingan.

C. Kerangka Berpikir



Gambar 1. Bagan Kerangka Berpikir

D. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan kajian teori, penelitian yang relevan, dan kerangka berpikir di atas, maka dapat disusun pertanyaan penelitian sebagai berikut:
“Seberapa besar tingkat kecemasan wasit bola basket di Daerah Istimewa Yogyakarta saat memimpin pertandingan ?”

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yaitu suatu metode dalam meneliti status kelompok manusia, suatu objek, suatu kondisi, suatu sistem pemikiran ataupun suatu kelas peristiwa pada masa sekarang. Berdasarkan pendapat Sugiyono (2013: 2), metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapat data dengan tujuan gambaran atau lukisan secara sistematis faktual dan akurat mengenai fakta-fakta dan sifat-sifat fenomena yang diteliti.

Penelitian deskriptif ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Sebagaimana dikemukakan oleh Sugiyono (2016: 11) yaitu:

“metode penelitian yang berdasarkan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan”.

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 bola basket saat memimpin pertandingan.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Tempat penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Daerah Istimewa Yogyakarta.

2. Waktu penelitian

Penelitian ini dilaksanakan antara bulan Maret 2018 sampai dengan bulan Mei 2018.

3. Sampel penelitian

Seluruh wasit bola basket yang ada di Daerah Istimewa Yogyakarta yang tergabung dalam Paguyuban Wasit Perbasi DIY.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi menurut Sugiyono (2007: 62) 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

populasinya adalah wasit bola basket yang ada di Daerah Istimewa Yogyakarta yang tergabung di Paguyuban Wasit Perbasi DIY.

2. Sampel

Sugiyono (2007: 63) 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 representatif.

Di dalam penelitian ini, penulis menggunakan teknik *non-probability 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 (Sugiyono, 2011: 85).

Alasan pengambilan sampel dengan cara *Insidental Sampling* adalah karena jumlah wasit bola basket 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 sejumlah 35 orang wasit berlisensi.

D. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Berdasarkan pendapat Sugiyono (2012: 31), definisi operasional 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 perasaan cemas, tegang, emosi dan takut dalam pengambilan keputusan yang nantinya akan berdampak pada penampilan wasit.
2. Wasit adalah seorang yang bertugas memimpin jalannya sebuah pertandingan. Wasit dalam penelitian ini adalah wasit bola basket yang ada di Yogyakarta.

Variabel dalam penelitian ini adalah tingkat kecemasan wasit di Yogyakarta saat memimpin pertandingan bola basket. Kecemasan dalam penelitian ini adalah wasit bola basket Yogyakarta yang ditandai dengan adanya gejala beban psikologis berupa ketegangan, ketakutan, *stress*, perasaan tertekan, kegelisahan, kekhawatiran, frustrasi, dan konflik yang tidak dimengerti penyebabnya baik yang nyata maupun hanya imajinasi. Kecemasan ini berdampak negatif, sehingga saat memimpin pertandingan bisa menyebabkan penampilan objektivitasnya tidak optimal.

Indikatornya untuk mengetahui tingkat kecemasan wasit, yaitu berdasarkan: moral, pengalaman bertanding, pikiran negatif, pikiran positif/puas diri, penonton, pemain, pelatih dan manajer.

E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

1. Teknik Pengumpulan Data

Metode yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan angket/kuisisioner yang diwujudkan dalam bentuk pernyataan untuk meminta tanggapan dari responden. Berdasarkan pendapat Sugiyono (2016: 192) kuisisioner 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 bola basket.

2. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian menurut Sugiyono (2016: 148) 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.

Angket atau kuesioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui (Suharsimi Arikunto, 2006: 151). 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 bola basket saat memimpin pertandingan.

Penelitian ini tidak menggunakan uji coba, jadi penelitian ini langsung mengolah dan menganalisis data penelitian dengan terlebih dahulu melakukan kalibrasi ahli dengan dosen pembimbing. Kalibrasi ahli dilakukan untuk menentukan kelayakan dari setiap butir soal, dan untuk mempermudah peneliti dalam penyusunan instrumen maka langkah-langkah yang harus dilakukan menurut Sutrisno Hadi (1991: 7-11) adalah:

a. Mendefinisikan konstruk

Langkah pertama adalah mendefinisikan konstruk yang berarti membatasi variabel yang akan diteliti. Dalam hal ini variabel yang diteliti adalah tingkat kecemasan wasit bola basket di Yogyakarta saat memimpin pertandingan.

b. Menyidik faktor

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

c. 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:

1. Menjabarkan variabel menjadi faktor-faktor kedalam sub variabel dan indikator-indikator;
2. Menyusun tabel persiapan, yaitu dengan kisi-kisi angket;
3. Menyusun butir-butir pertanyaan;

Adapun kisi-kisi instrumen penelitian tingkat kecemasan wasit bola basket saat memimpin pertandingan adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Kisi-kisi Angket Uji Coba

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

d. Konsultasi ahli

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

F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

1. Validitas instrumen

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen (Suharsimi Arikunto, 2010: 79). 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 korelasi *product moment* dari Karl Pearson.

Analisa pada data penelitian ini menggunakan bantuan komputer program statistik SPSS 19.0 *version for windows*. Pengukuran validitas suatu kuisioner dilakukan dengan cara membandingkan antara nilai *corrected item-total correlation* hasil perhitungan dengan tabel r *product moment* dengan taraf signifikansi 5%.

Tabel 2. Hasil Validitas Instrumen Penelitian

No Item	r Hitung	R Tabel	Signifikansi 5%	Kriteria
1	0,483	0,334	0,003	Valid
2	0,592	0,334	0,000	Valid
3	0,460	0,334	0,005	Valid
4	0,403	0,334	0,016	Valid
5	0,586	0,334	0,000	Valid
6	0,481	0,334	0,003	Valid
7	0,227	0,334	0,107	Tidak Valid
8	0,568	0,334	0,000	Valid
9	0,408	0,334	0,015	Valid
10	0,592	0,334	0,000	Valid
11	0,224	0,334	0,196	Tidak Valid
12	0,501	0,334	0,002	Valid
13	0,502	0,334	0,002	Valid
14	-0,217	0,334	0,210	Tidak Valid
15	0,626	0,334	0,000	Valid
16	0,023	0,334	0,896	Tidak Valid
17	0,483	0,334	0,003	Valid
18	0,563	0,334	0,000	Valid
19	0,437	0,334	0,009	Valid
20	0,479	0,334	0,004	Valid
21	0,563	0,334	0,000	Valid
22	0,501	0,334	0,002	Valid
23	0,400	0,334	0,017	Valid
24	0,517	0,334	0,001	Valid
25	0,475	0,334	0,004	Valid
26	0,063	0,334	0,721	Tidak Valid
27	0,592	0,334	0,000	Valid
28	0,403	0,334	0,016	Valid
29	0,360	0,334	0,033	Valid
30	0,037	0,334	0,833	Tidak Valid
31	0,481	0,334	0,003	Valid
32	0,440	0,334	0,008	Valid
33	0,481	0,334	0,003	Valid
34	0,199	0,334	0,252	Tidak Valid
35	0,403	0,334	0,016	Valid

Berdasarkan tabel tersebut di atas, dapat diketahui hasil uji validitas instrumen tingkat kecemasan menunjukkan bahwa dari total 35 pernyataan

terdapat 7 butir soal tidak valid yakni butir soal nomor 7, 11, 14, 16, 26, 30, dan 34 karena r hitung lebih kecil dari r tabel. Dengan menghilangkan item pernyataan yang tidak valid, maka total item yang dapat digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 28 butir soal dengan kisi-kisi sebagai berikut.

Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen Hasil Validitas

Variabel	Faktor	Indikator	Butir Pertanyaan		Jumlah
			Positif	Negatif	
Kecemasan	Intrinsik	Moral	9, 10	3, 8, 12, 18	6
		Pengalaman Bertanding	1, 6, 13, 29	19, 22	6
		Pikiran Negatif	-	5, 15	2
		Pikiran Positif/puas diri	4, 21, 23, 24, 32	-	5
	Ekstrinsik	Pelatih dan Manajer	20	-	1
		Penonton	17, 33	27, 31	4
		Pemain	2, 28	25, 35	4
Total					28

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 (2013: 168), instrumen yang reliabel adalah instrumen yang bila

digunakan beberapa kali untuk mengukur objek yang sama, akan menghasilkan data yang sama.

Data dianalisis menggunakan bantuan komputer program SPSS versi 19. Jumlah soal angket terdiri dari 35 soal. Kemudian soal di ujikan hingga mendapatkan hasil perhitungan uji reliabilitas seperti berikut ini:

Cronbach's	
Alpha	N of Items
,898	28

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa instrumen angket tingkat kecemasan wasit saat memimpin pertandingan yang digunakan dalam penelitian ini memiliki tingkat reliabilitas yang signifikan. Pengambilan keputusan dilakukan berdasarkan penghitungan *Cronbach Alpha* > 0,60.

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:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

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 4. Norma Penilaian

No	Interval	Kategori
1	$M + 1,5 SD < X$	Sangat Tinggi
2	$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$	Tinggi
3	$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$	Sedang
4	$M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$	Rendah
5	$X \leq M - 1,5 SD$	Sangat Rendah

keterangan:

M : Nilai rata-rata (*mean*)

X : Skor

SD : *Standar Deviasi*

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

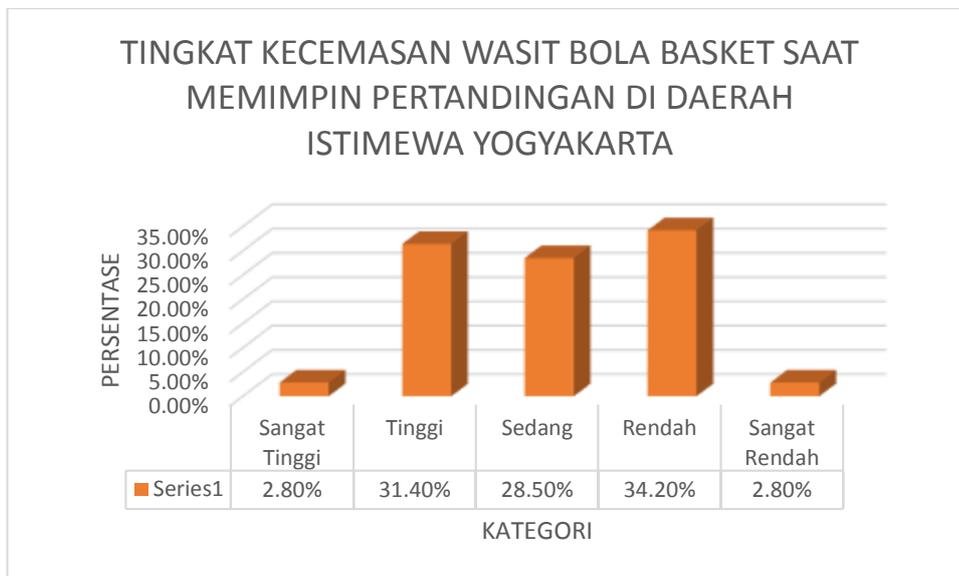
Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, sehingga keadaan objek akan digambarkan sesuai dengan data yang diperoleh. Deskripsi data hasil penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui seberapa besar tingkat kecemasan wasit bola basket di Daerah Istimewa Yogyakarta saat memimpin pertandingan, yang dijabarkan dengan 28 pertanyaan dan terdapat dua faktor, yaitu faktor intrinsik dan ekstrinsik.

Hasil analisis data tingkat kecemasan wasit di Daerah Istimewa Yogyakarta saat memimpin pertandingan diperoleh nilai maksimum sebesar 160 dan nilai minimum 94 dari 28 butir soal dengan skor 1 sampai 5. Rerata diperoleh sebesar 100,49 dan standar deviasi 18,176. Selanjutnya data dikategorikan sesuai dengan rumus yang telah ditentukan menjadi 5 kategori, yaitu kategori sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi berdasarkan nilai *mean* dan standar deviasi. Distribusi tingkat kecemasan wasit saat memimpin pertandingan bola basket di Daerah Istimewa Yogyakarta disajikan sebagai berikut:

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Wasit Bola Basket Saat Memimpin Pertandingan di Daerah Istimewa Yogyakarta.

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Frekuensi Relatif
1	Lebih dari 127,75	Sangat Tinggi	1	2,8 %
2	109,57 – 127,75	Tinggi	11	31,4 %
3	91,40 – 109,57	Sedang	10	28,5 %
4	73,22 – 91,40	Rendah	12	34,2 %
5	Kurang dari 73,22	Sangat Rendah	1	2,8 %
Jumlah			35	100 %

Berdasarkan tabel diatas, tingkat kecemasan wasit bola basket saat memimpin pertandingan, dapat disajikan pada diagram berikut ini:



Gambar 2. Diagram Tingkat Kecemasan Wasit Bola Basket saat Memimpin Pertandingan di Daerah Istimewa Yogyakarta.

Dari diagram di atas diperoleh data tingkat kecemasan wasit bola basket saat memimpin pertandingan yaitu sebanyak 1 responden (2,8%) mempunyai tingkat kecemasan sangat tinggi, 11 responden (31,4%) mempunyai tingkat kecemasan tinggi, 10 responden (28,5%) mempunyai tingkat kecemasan sedang, 12 responden (34,2%) mempunyai tingkat kecemasan rendah, dan ada 1 responden (2,8%) yang mempunyai tingkat kecemasan sangat rendah. Berdasarkan nilai rata-rata 100,49 tingkat kecemasan wasit bola basket saat memimpin pertandingan berada dalam kategori “sedang”.

Tingkat kecemasan wasit bola basket saat memimpin pertandingan dideskripsikan menjadi 2 faktor. Faktor tersebut adalah faktor ekstrinsik dan faktor intrinsik. Hasil penelitian dari faktor-faktor tersebut dapat dilihat sebagai berikut:

a. Faktor Intrinsik

Faktor intrinsik dalam penelitian ini diukur dengan angket berjumlah 19 butir soal. Berdasarkan hasil pengolahan data, diketahui analisis statistik sebagai berikut:

Tabel 6. Analisis Statistik Faktor Intrinsik Tingkat Kecemasan Wasit

Statistics

N	Valid	35
	Missing	0
Mean		68,51
Median		69,00
Mode		49 ^a
Std. Deviation		12,491
Minimum		46
Maximum		91
Sum		2398

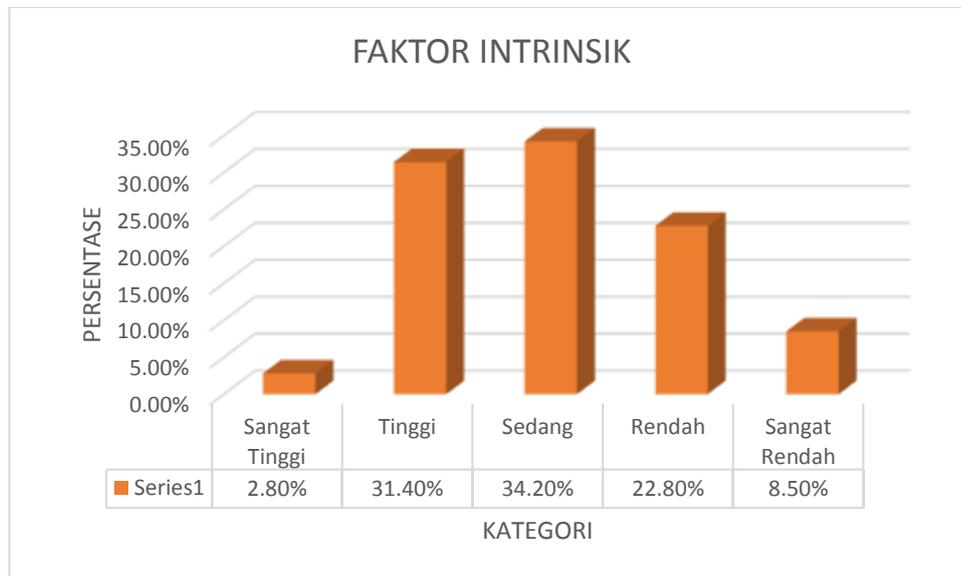
a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Data analisis statistik tersebut, selanjutnya disajikan ke dalam tabel distribusi hasil pengkategorian seperti berikut ini:

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Faktor Intrinsik Tingkat Kecemasan Wasit

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Frekuensi Relatif
1	Lebih dari 87,24	Sangat Tinggi	1	2,8%
2	74,75 – 87,24	Tinggi	11	31,4%
3	62,26 – 74,75	Sedang	12	34,2%
4	49,77 – 62,26	Rendah	8	22,8%
5	Kurang dari 49,77	Sangat Rendah	3	8,5%
Jumlah			35	100 %

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel diatas, tingkat kecemasan wasit bola basket berdasarkan faktor intrinsik dapat disajikan pada diagram berikut:



Gambar 3. Diagram Faktor Intrinsik

Dari diagram diatas, tampak sebanyak 1 responden (2,8%) mempunyai tingkat kecemasan sangat tinggi, 11 responden (31,4%) dengan tingkat kecemasan tinggi, 12 responden (34,2%) dengan tingkat kecemasan sedang, 8 responden (22,8%) mempunyai tingkat kecemasan rendah, dan 3 responden (8,5%) dengan tingkat kecemasan sangat rendah. Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 68,51 tingkat kecemasan wasit bola basket saat memimpin pertandingan berdasarkan faktor intrinsik dalam kategori “sedang”.

b. Faktor Ekstrinsik

Faktor ekstrinsik tingkat kecemasan wasit diukur dengan angket yang berjumlah 9 butir soal. Berdasarkan hasil pengolahan data diketahui analisis statistik sebagai berikut:

Tabel 8. Analisis Statistik Faktor Ekstrinsik Tingkat Kecemasan Wasit

Statistics

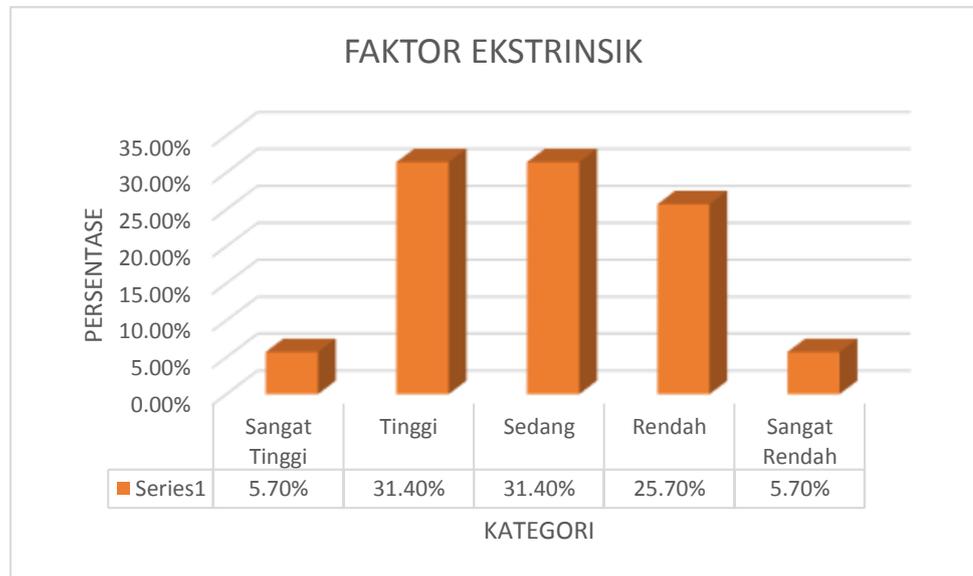
N	Valid	35
	Missing	0
Mean		28,34
Median		28,00
Mode		29
Std. Deviation		6,503
Minimum		13
Maximum		39
Sum		992

Data analisis statistik tersebut, selanjutnya disajikan ke dalam tabel distribusi hasil pengkategorian seperti berikut ini:

Tabel 9. Distribusi Frekuensi Faktor Ekstrinsik Tingkat Kecemasan Wasit

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Frekuensi Relatif
1	Lebih dari 38,09	Sangat Tinggi	2	5,7%
2	31,59 – 38,09	Tinggi	11	31,4%
3	25,08 – 31,59	Sedang	11	31,4%
4	18,58 – 25,09	Rendah	9	25,7%
5	Kurang dari 18,58	Sangat Rendah	2	5,7%
Jumlah			35	100 %

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 9 tersebut di atas, tingkat kecemasan wasit bola basket saat memimpin pertandingan berdasarkan faktor ekstrinsik adalah sebagai berikut:



Gambar 4. Diagram Faktor Ekstrinsik

Berdasarkan diagram di atas, tampak sebanyak 2 responden (5,7%) mempunyai tingkat kecemasan sangat tinggi, 11 responden (31,4%) mempunyai tingkat kecemasan tinggi, 11 responden (31,4%) dengan tingkat kecemasan sedang, 9 responden (25,7%) dengan tingkat kecemasan rendah, dan 2 responden (5,7%) yang mempunyai tingkat kecemasan sangat rendah. Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 28,34, tingkat kecemasan wasit bola basket saat memimpin pertandingan berada dalam kategori “sedang”.

B. Pembahasan

Pada bagian ini akan menjelaskan lebih lanjut mengenai hasil analisis data yang telah dilakukan serta kaitannya dengan permasalahan dan tujuan penelitian. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kecemasan pada wasit bola basket di Daerah Istimewa Yogyakarta saat memimpin pertandingan yang tergabung dalam Paguyuban Wasit Perbasi DIY. Kecemasan adalah keadaan perasaan yang negatif yang

ditandai oleh 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.

Subjek penelitian mengenai kecemasan ini adalah wasit bola basket di Daerah Istimewa Yogyakarta yang tergabung dalam Paguyuban Wasit Perbasi DIY saat memimpin pertandingan. Sampel yang digunakan adalah sebanyak 35 wasit berlisensi yang terbagi menjadi beberapa jenis lisensi. Terdapat 1 orang dengan lisensi FIBA, 5 orang dengan lisensi A, 12 orang dengan lisensi B1, 3 orang dengan lisensi B2 dan sebanyak 14 orang dengan lisensi C. Seluruh wasit yang terdapat dalam penelitian ini merupakan wasit yang resmi mendapatkan lisensi perwasitan setelah mereka mengikuti penataran wasit yang diselenggarakan. Level penatarannya pun beragam, baik itu level nasional hingga level internasional. Berdasarkan Kurikulum Penataran Wasit yang peneliti dapatkan dan jadikan acuan, terdapat beberapa peraturan yang wajib dipenuhi oleh para wasit ketika mereka ingin menaikan level lisensi yang mereka punya. Tes nya pun tidak bisa dikatakan mudah. Mereka akan melakukan tes teori dan fisik yang hal tersebut tentu akan membutuhkan kondisi fisik dan mental yang baik. Selain itu wasit tersebut dituntut untuk bisa membagi konsentrasi dengan baik sebab selain mereka harus melakukan aktivitas fisik, para wasit juga dituntut untuk bisa tetap berkonsentrasi dan fokus untuk dapat memberikan keputusan yang baik dalam setiap pertandingan.

Maka dari itu, penelitian ini dirasa perlu untuk dilakukan mengingat semua orang yang akan menghadapi pertandingan seringkali mengalami perasaan gugup dan cemas dalam penampilannya, tidak terkecuali dengan wasit. Seorang wasit yang merasakan kecemasan sebelum memimpin pertandingan seringkali merasa ketakutan, ragu-ragu untuk memutuskan, berpikiran negatif, dan lain-lain. Keadaan ini akan mempengaruhi penampilannya saat memimpin pertandingan dan menjadi tidak maksimal.

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan instrumen penelitian berupa angket. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif dengan perhitungan menggunakan persentase yang berdasarkan dari hasil analisis keseluruhan faktor kecemasan, faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik. Hasil analisis data keseluruhan penelitian dari faktor kecemasan menunjukkan bahwa tingkat kecemasan wasit bola basket saat memimpin pertandingan di Daerah Istimewa Yogyakarta berada pada kategori “rendah” sebesar 34,2% (12 wasit), “tinggi” sebesar 31,4% (11 wasit), “sedang” sebesar 28,5% (10 wasit), dan “sangat tinggi” juga “sangat rendah” sebesar 2,8% (1 wasit) masing-masing. Hasil analisis rata-rata data di atas menunjukkan kategori “sedang” yakni 100,49. Hal ini menunjukkan bahwa masih ada wasit masih cukup merasa cemas ketika akan memimpin pertandingan. Kemungkinan kecemasan akan dapat meningkat ketika wasit akan memimpin pertandingan pada level yang lebih tinggi.

Kecemasan akan mempengaruhi wasit bola basket, salah satunya adalah faktor intrinsik. Hasil analisis data dari penelitian tingkat kecemasan berupa faktor intrinsik yang dilakukan dalam penelitian ini didapat yaitu kategori “sedang” sebesar 34,2% (12 wasit), “tinggi” sebesar 31,4% (11 wasit), “rendah” sebesar 22,8% (8 wasit), “sangat rendah” sebesar 8,5% (3 wasit), dan “sangat tinggi” sebesar 2,8% (1 wasit). Hasil analisis rata-rata data di atas menunjukkan kategori sedang 68,51.

Kecemasan yang dapat mempengaruhi kinerja wasit selanjutnya adalah faktor ekstrinsik. Hasil analisis datanya yaitu pada kategori “tinggi” dan “sedang” sebesar 31,4% (masing-masing 11 wasit), “rendah” sebesar

25,7% (9 wasit), dan kategori “sangat tinggi” dan “sangat rendah” masing-masing dengan jumlah 2 wasit sebesar 5,7%. Dengan rata-rata sebesar 28,34 berada dalam kategori “sedang”.

Dengan begitu, berdasarkan kesimpulan dari hasil data yang dirata-rata tingkat kecemasan wasit bola basket saat memimpin pertandingan di Daerah Istimewa Yogyakarta berdasarkan faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik berada pada kategori “sedang”. Ini menunjukkan bahwa terdapat sebagian wasit bola basket yang mengalami kecemasan yang dapat mempengaruhi performa wasit tersebut. Wasit yang tidak bisa mengendalikan rasa cemas yang dirasakan saat memimpin pertandingan, akan kesulitan untuk mengambil keputusan karena tekanan yang dirasakan tidak dapat diatasi dengan baik, sehingga hal tersebut dapat mengganggu kinerja wasit saat memimpin pertandingan. Hal ini sesuai dengan pendapat Gunarsa (2008) bahwa kecemasan berpengaruh terhadap keputusan wasit yang cenderung tergesa-gesa dan tidak seharusnya dilakukan.

Seperti yang telah diuraikan bahwa kecemasan merupakan pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan dan keadaan emosi yang ditandai dengan adanya gejala beban psikologis berupa ketegangan, ketakutan, *stress*, perasaan tertekan, kegelisahan, kekhawatiran, frustrasi, dan konflik batin yang tidak dimengerti penyebabnya baik nyata maupun hanya imajinasi. Hal tersebut dapat muncul pada diri seorang wasit saat memimpin sebuah pertandingan bola basket. Semakin banyaknya tekanan, maka akan semakin tinggi pula kecemasan itu muncul. dan hal tersebut dapat pula mempengaruhi objektivitas wasit ketika memimpin pertandingan.

Akan tetapi kecemasan yang dirasakan tidak selalu merugikan, karena pada dasarnya rasa cemas berfungsi sebagai mekanisme kontrol terhadap diri untuk tetap waspada terhadap apa yang akan terjadi. Namun jika tingkat kecemasan yang dirasakan sudah tidak bisa dikontrol sehingga mengganggu aktivitas tubuh, maka hal itu jelas akan sangat mengganggu.

Berdasarkan hasil dari dua faktor yang diteliti, faktor ekstrinsik berpengaruh cukup besar untuk menjadi faktor penyebab terjadinya kecemasan yang dirasakan oleh wasit. Hal ini dapat dilihat dari jumlah wasit yang mengalami tingkat kecemasan yang “sedang” dan juga “tinggi” yang paling banyak dan paling tinggi dalam diagram tersebut. Faktor tersebut seperti tekanan yang diberikan oleh penonton, lingkungan pertandingan, atau teriakan dari pelatih yang tidak terima dengan keputusan yang diambil oleh wasit. Hal-hal tersebut dapat meningkatkan kecemasan yang dirasakan oleh wasit.

Tingginya tingkat kecemasan yang dirasakan setiap wasit akan berbeda-beda, salah satunya tergantung seberapa banyak ia telah memimpin pertandingan. Karena semakin banyak waktu yang digunakan wasit untuk memimpin pertandingan, maka akan semakin tenang pula wasit menghadapi berbagai macam tekanan yang akan timbul. Begitu pula dengan mengambil keputusan. Selain itu, faktor usia juga ternyata dapat mempengaruhi kondisi psikologis wasit tersebut. Peneliti beranggapan bahwa usia bisa juga menjadi salah satu faktor yang dapat menyebabkan kecemasan seseorang meningkat. Dengan melihat dari usia responden dan membandingkannya dengan hasil penelitian dari responden yang memiliki rentang usia cukup tinggi, terdapat perbedaan dalam menanggapi pertanyaan yang diberikan oleh peneliti. Sikap yang ditunjukkan ketika wasit dengan usia yang lebih muda saat memimpin sebuah pertandingan nampak masih ada beberapa hal yang bisa menyebabkan peningkatan kecemasan dan hal ini terlihat secara fisik.

Untuk itu, menjadi seorang wasit tidaklah mudah. Dibutuhkan ketenangan dan rasa percaya diri yang tinggi agar setiap keputusan yang akan diambil menjadi keputusan yang tepat sesuai dengan kondisi yang terjadi di lapangan.

Ada beberapa cara untuk mengurangi kecemasan yang dialami oleh wasit saat memimpin pertandingan seperti melakukan olah pernafasan, fokus pada pertandingan yang akan dipimpin, *self talk*, dan saling berbagi

pengalaman dengan sesama wasit. Untuk beberapa orang yang memiliki kebiasaan-kebiasaan yang harus dilakukan sebelum mulai memimpin pertandingan, penting untuk dilakukan ritual-ritual kecil yang harapannya akan dapat membuat wasit tersebut merasa percaya diri untuk dapat memimpin pertandingan dengan baik. Hal seperti itu dipercaya beberapa orang dapat membawa ketenangan dan melepaskan beban, gelisah dan hal negatif lainnya yang nantinya dapat mengganggu psikis wasit yang bersangkutan. Untuk itu penting bagi wasit untuk mengenali dirinya dan kebiasaan yang bisa membantu melepas ketegangan dan memberi energi positif untuk dapat memimpin pertandingan dengan baik. dan hal tersebut dilakukan dengan harapan akan mengurangi tingkat kecemasan yang dialami wasit bola basket.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan, bahwa: (1) tingkat kecemasan wasit bola basket saat memimpin pertandingan di Daerah Istimewa Yogyakarta berada pada kategori sedang, (2) faktor intrinsik yang mempengaruhi kecemasan berada pada kategori “sedang”, dan (3) faktor ekstrinsik yang juga menjadi pengaruh dalam kecemasan yang timbul pada diri seorang wasit berada pada kategori “sedang”. Simpulan dari hasil data yang dirata-rata tingkat kecemasan yang dari kedua faktor tersebut yakni faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik berada pada kategori “sedang”.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan wasit bola basket saat memimpin pertandingan di Daerah Istimewa Yogyakarta dalam kategori sedang. Hal tersebut dapat menjadi bahan evaluasi wasit untuk dapat mengatasi kendala-kendala kecemasan yang dirasakan oleh wasit tersebut. Hal tersebut juga bisa menjadi bahan masukan untuk wasit yang masih merasa kesulitan untuk mengatasi kecemasan yang dirasakan ketika memimpin pertandingan, terutama wasit dengan pengalaman yang belum cukup banyak. Sehingga dia bisa tetap memimpin pertandingan dengan baik walaupun banyak tekanan yang akan dirasakan.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini telah diupayakan secara maksimal, bukan berarti penelitian ini tanpa kelemahan dan kekurangan. Beberapa kelemahan dan kekurangan yang dapat dikemukakan pada penelitian ini antara lain:

1. Sulitnya mengetahui kesungguhan responden dalam mengerjakan angket.

Hal yang dilakukan untuk memperkecil kesalahan yaitu dengan memberi gambaran tentang maksud dan tujuan penelitian ini.

2. Pengisian angket dilakukan disaat wasit memiliki waktu luang (sebelum atau sesudah memimpin pertandingan), cara pengisiannya tidak serempak.
3. Pengambilan data ini menggunakan angket tertutup, akan lebih baik lagi jika disertai dengan pengambilan angket secara terbuka atau wawancara.
4. Pengumpulan data hanya didasarkan pada hasil angket sehingga dimungkinkan adanya unsur kurang objektif dalam pengisian tes.
5. Peneliti tidak mengambil penelitian dari faktor lain diluar wasit untuk mendapatkan hasil yang bisa menjadikan pertimbangan dalam mengambil kesimpulan untuk menentukan kecemasan yang dirasakan oleh wasit saat memimpin pertandingan.

D. Saran-saran

Ada beberapa hal yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain:

1. Agar mengembangkan penelitian lebih dalam lagi mengenai tingkat kecemasan wasit bola basket di Daerah Istimewa Yogyakarta saat memimpin pertandingan.
2. Agar melakukan penelitian tentang tingkat kecemasan wasit bola basket di Daerah Istimewa Yogyakarta dengan metode lain.
3. Agar mencari faktor lain yang bisa dijadikan acuan penilaian untuk dapat hasil yang lebih maksimal untuk menentukan seberapa besar tingkat kecemasan yang dirasakan oleh wasit.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, N. (2007). *Permainan Bola Basket*. Solo: Era Intermedia.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- _____. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek Edisi Revisi 2010*. Yogyakarta: PT Rineka Cipta.
- Atkinson, R.L, dkk. (1983). *Pengantar psikologi*. Cetakan ke-8. Jakarta: Erlangga.
- Berry, Ruth. (2001). *Seri Siapa Dia? Freud*. Penerjemah: Frans Kowa, Jakarta: Erlangga
- FIBA. (2014). *Official Basketball Rule*. Barcelona: FIBA Central Board.
- Freud, Sigmund. 2002. *Psikoanalisis*. Penerjemah: Ira Puspitarini. Yogyakarta
- Gunarsa, S. D. (2004). *Psikologi Olahraga Prestasi*. Jakarta: PT. Gunung Mulia.
- _____. (2008). *Psikologi Olahraga Prestasi*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Hadi, S. (1991). *Analisis Butir untuk Instrumen*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Kuswara, E. (1991). *Teori-teori Kepribadian*. Bandung: PT. Eresco.
- _____. (2014). *Konstitusi dan Peraturan KONI*. Komite Olahraga Nasional Indonesia
- Muhadjirin, B. (2011). *Tingkat Kecemasan Wasit Sepak Bola di Kota Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan*. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.
- Nurdianyah, A. (2008). *Tingkat Kecemasan Pehoki Peserta Kejuaraan Hockey Tahun 2007 di Jakarta*. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.
- Nurjayadi, A. (2016). *Tingkat Kecemasan Siswa Kelas VI SD Negeri 3 Pengasih Terhadap Pembelajaran Kayang dalam Senam Lantai Tahun Pembelajaran 2015/2016*. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.
- PERBASI. (2012). *Peraturan Permainan Bola Basket*. Jakarta: Pengurus Besar Persatuan Bola Basket Seluruh Indonesia.
- _____. (2012). *Kurikulum Nasional Penataran Wasit*. Yogyakarta.

Sugiyono. (2006). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.

_____. (2007). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

_____. (2011). *Metode penelitian Kualitatif Kuantitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

_____. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sumiyarsono, D. (2002). *Keterampilan Bola Basket*. Yogyakarta: FIK UNY.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Kartu Bimbingan Tugas Akhir Skripsi

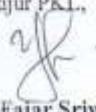


KEMENTERIAN RISET TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN
PROGRAM PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLARHAGA
Alamat : Jl. Colombo No. 1 Yogyakarta, 55281.

LEMBAR KONSULTASI

Nama : Retna Kumalasari
NIM : 12602241063
Pembimbing : Budi Aryanto, M.Pd

No	Hari/Tgl.	Permasalahan	Tanda tangan Pembimbing
1	Senin, 30 November 2017	Bab 1, 2, dan 3	
2	Rabu, 27 Desember 2017	Revisi pada bab 1, 2	
3	Kamis, 11 Januari 2018	Revisi pada bab 3, dan Kuisisioner	
4	Senin, 19 Maret 2018	Revisi butir soal	
5	Kamis, 5 April 2018	Revisi Angket	
6	Kamis 26 April 2018	Revisi pada bab 4 dan hasil sebagian olahdata	

Kajur PKL,


Ch. Fajar Sriwahyuniati, M.Or
NIP 19711229 200003 2 001

**) Blangko ini kalau sudah selesai
Bimbingan dikembalikan ke Jurusan PKL
Menurut BAN PT lama Bimbingan minimal 8 kali*



KEMENTERIAN RISET TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN
PROGRAM PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
Alamat : Jl. Colombo No. 1 Yogyakarta. 55281.

LEMBAR KONSULTASI

Nama : Retna Kumalasari
NIM : 12602241063
Pembimbing : Budi Aryanto, M.Pd

No	Hari/Tgl.	Permasalahan	Tanda tangan Pembimbing
7	Senin 4 Juni 2019	Perbaikan hasil olah data	
8	Selasa 26 Juni 2018	Perbaikan pada bab 5	
9	Kamis 12 Juli 2018	Perbaikan tata tulis, kata pengantar, Daftar pustaka, dan abstrak	
10	Jumat, 2 November 2018	Menyorek keseluruhan komposisi pada skripsi	

Kajur PKL,

*) Blangko ini kalau sudah selesai
Bimbingan dikembalikan ke Jurusan PKL
Menurut BAN PT lama Bimbingan minimal 8 kali

Ch. Fajar Sriwahyuniati, M.Or
NIP 19711229 200003 2 001

Lampiran 2. Surat Permohonan Ijin Ujicoba Penelitian

 **KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI**
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jl. Kolombo No.3 Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 513092, 586168 psw: 282, 299, 291, 541

Nomor : 10.11/UN.34.16/PP/2018. 14 November 2018.
Lamp. : 1 Eks.
Hal : Permohonan Izin Uji Coba Penelitian.

Kepada Yth.
Ketua PB PERBASI DIY
di Tempat.

Diberitahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, bermaksud memohon izin wawancara, dan mencari data untuk keperluan uji coba penelitian dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon Bapak/Ibu/Saudara berkenan untuk memberikan izin bagi mahasiswa:

Nama : Retna Kumalasari
NIM : 12602241063
Program Studi : PKO.
Dosen Pembimbing : Budi Aryanto, M.Pd.
NIP : 196902152000121001
Uji Coba Penelitian akan dilaksanakan pada :
Waktu : Maret s/d Mei 2018
Tempat : Daerah Istimewa Yogyakarta.
Judul Skripsi : Seberapa Besar Tingkat Kecemasan Wasit Bola Basket Yang Ada di Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan.

Demikian surat ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasama dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.


Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.
NIP. 19640707 198812 1 001

Tembusan :

1. Kaprodi PKO.
2. Pembimbing Tas.
3. Mahasiswa ybs.

Lampiran 3. Surat Permohonan Ijin Penelitian

 **KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI**
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp. (0274) 513092, 586168 fsw: 282, 299, 291, 541

Nomor: 10.12/UN.34.16/PP/2018. 14 November 2018.
Lamp. : 1 Eks.
Hal : Permohonan Izin Penelitian.

Kepada Yth.
Ketua PB PERBASI DIY
di Tempat.

Diberitahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, bermaksud memohon izin wawancara, dan mencari data untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon Bapak/Ibu/Saudara berkenan untuk memberikan izin bagi mahasiswa:

Nama : Retna Kumalasari
NIM : 12602241063
Program Studi : PKO.
Dosen Pembimbing : Budi Aryanto, M.Pd.
NIP : 196902152000121001
Penelitian akan dilaksanakan pada :
Waktu : Maret s/d Mei 2018
Tempat : Daerah Istimewa Yogyakarta.
Judul Skripsi : Seberapa Besar Tingkat Kecemasan Wasit Bola Basket Yang Ada di Daerah Istimewa Yogyakarta Saat Memimpin Pertandingan.

Demikian surat ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasama dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.


Dekan
Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.
NIP. 196407071988121001

Tembusan :

1. Kaprodi PKO.
2. Pembimbing Tas.
3. Mahasiswa ybs.

Lampiran 4. Angket Penelitian

ANGKET PENELITIAN

Sehubungan dengan penelitian yang saya buat tentang tingkat kecemasan wasit saat memimpin pertandingan bola basket maka saya memohon saudara untuk mengisi angket di bawah ini dengan sebenar-benarnya dengan keadaan dan perilaku anda saat memimpin pertandingan. Segala data yang anda tulis kerahasiaannya akan terjaga. Dan atas bantuan yang diberikan saya ucapkan terimakasih.

A. Identitas Responden

Nama : THOM HERMANA
Jenis Kelamin : L / P
Lisensi Wasit : FIBA/ A/ B1 / B2 / C * (lingkari yang menjadi pilihan)

B. Petunjuk pengisian

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

SS : Sangat Setuju
S : Setuju
RG : Ragu-ragu
TS : Tidak Setuju
STS : Sangat Tidak Setuju

Contoh:

NO	PERNYATAAN	SS	S	RG	TS	STS
1	Profesi wasit adalah profesi yang saya impikan		√			

No.	Butir Pernyataan	5	4	3	2	1
		SS	S	RG	TS	STS
1	Saya selalu merasa tenang ketika saya sedang memimpin pertandingan				✓	
2	Saya tidak pernah takut jika saya mengalami protes dari pemain				✓	
3	Saya mudah merasa khawatir pada profesi saya sebagai wasit (ketika ditunjuk menjadi wasit utama)				✓	
4	Saya selalu bersikap tegas dalam menjalankan profesi saya sebagai wasit	✓				
5	Perasaan saya mudah tersinggung selama saya memimpin pertandingan				✓	
6	Saya selalu bersemangat ketika pertandingan berjalan sengit		✓			
7	Saya selalu berdoa sebelum memimpin pertandingan agar pikiran tenang dan memudahkan saya dalam mengambil keputusan	✓				
8	Saya selalu merasa gelisah jika saya salah dalam memberi keputusan ketika menjadi wasit (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 sedang memimpin pertandingan				✓	
11	Saya merasa nyaman dalam memimpin pertandingan apabila cuaca cerah (tidak terlalu panas atau hujan)		✓			
12	Saya mengalami diare sekali atau lebih dari sekali saat akan memimpin pertandingan				✓	
13	Saya sangat percaya diri saat akan memimpin suatu pertandingan		✓			
14	Jika memikirkan peran saya yang berat di dalam suatu pertandingan, saya selalu 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				✓	

		5	4	3	2	1
20	Saya tidak mudah marah atau emosi saat keputusan saya ketika menjadi wasit di protes oleh pelatih, pemain ataupun penonton				✓	
21	Saya selalu merasa gembira jika mengingat profesi saya sebagai wasit		✓			
22	Saya sering bergemetar ketika akan memutuskan suatu pelanggaran saat sedang memimpin pertandingan					✓
23	Saya selalu bahagia ketika 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 saat bersorak				✓	
28	Saya tidak akan takut untuk memimpin pertandingan selanjutnya walau di pertandingan sebelumnya saya di protes oleh pelatih, pemain maupun penonton		✓			
29	Sebagian besar badan saya gemetar tiap kali akan memulai memimpin pertandingan				✓	
30	Saya merasa bingung dan sulit berkonsentrasi apabila banyak suara dari pelatih atau pemain				✓	
31	Saya sering 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				✓	

Lampiran 5. Deskripsi Data Penelitian

No.	Nomor Butir Angket																																			JUMLAH		
Resp	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35			
1	4	4	3	5	1	4	3	4	5	1	3	5	1	5	5	1	4	4	3	4	4	3	2	1	4	3	4	5	1	3	5	5	5	5	5	5	113	
2	5	3	2	2	1	4	2	2	4	5	2	2	4	5	2	5	3	2	5	3	2	1	2	1	4	3	2	4	5	2	5	2	5	2	5	2	102	
3	4	5	2	1	2	4	1	5	1	4	4	2	4	2	4	2	4	5	2	4	5	2	1	2	4	1	5	1	4	4	2	4	2	4	1	105		
4	2	4	3	5	4	3	2	1	5	5	4	2	2	2	4	2	4	3	2	4	3	4	4	3	2	4	5	5	4	2	2	2	2	5	107			
5	4	2	4	3	4	2	4	4	3	2	2	1	4	3	1	2	4	2	4	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	3	2	4	1	1	1	3	3	104
6	5	5	1	4	2	4	3	4	4	5	5	5	5	4	5	1	5	5	1	4	5	2	4	2	4	3	5	4	5	2	5	5	5	4	4	127		
7	2	4	2	5	1	3	3	2	5	1	4	2	2	2	1	5	2	4	2	2	4	2	5	1	3	3	4	5	1	4	2	1	2	5	5	97		
8	4	5	4	4	5	1	2	3	4	1	1	1	5	3	5	1	4	5	4	4	5	4	2	5	1	2	5	4	1	4	1	5	1	5	4	108		
9	2	3	2	3	4	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	5	2	3	2	2	3	2	4	4	2	5	3	3	5	2	5	1	5	4	3	102	
10	4	2	5	1	4	1	5	5	1	5	5	1	3	2	2	4	4	2	5	4	2	5	2	4	1	5	2	1	5	5	1	2	1	2	1	114		
11	2	3	2	4	1	2	3	1	4	1	3	2	3	5	2	1	2	3	2	2	3	2	4	1	2	4	3	4	5	3	2	5	2	5	4	94		
12	4	2	4	1	4	2	5	2	1	4	2	4	1	5	1	2	4	2	4	4	2	4	2	4	2	5	2	1	4	2	4	2	4	4	1	101		
13	4	2	2	3	2	2	5	3	2	4	3	4	4	1	5	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	2	2	3	2	4	3	5	3	4	3	106		
14	2	2	2	2	5	5	2	4	2	4	2	4	5	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	4	5	5	2	2	2	4	2	4	4	4	4	2	110	
15	5	4	4	4	5	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	5	4	4	5	4	4	2	5	4	3	4	4	4	5	2	4	2	4	4	138		
16	5	5	3	5	3	5	5	5	3	3	5	5	5	4	5	4	5	3	2	4	3	4	5	1	4	1	5	5	3	4	5	4	5	5	5	135		
17	2	2	4	4	4	4	3	4	4	2	2	4	4	3	4	2	2	2	4	2	2	4	5	4	4	3	2	4	2	5	4	4	4	4	4	114		
18	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5	1	5	3	4	5	5	4	5	5	2	5	5	4	5	5	5	3	5	5	5	5	5	160		
19	4	3	4	3	5	4	2	3	3	4	4	4	2	2	4	2	4	3	4	4	3	4	4	5	4	2	3	3	4	2	4	4	4	4	3	124		
20	4	4	5	4	5	5	4	4	4	4	4	5	5	2	4	4	4	4	5	4	4	5	5	5	5	4	4	4	5	3	5	4	5	4	4	150		
21	4	4	5	2	5	2	4	4	4	4	4	5	2	1	4	3	4	4	5	4	4	5	4	5	2	4	4	2	4	2	5	4	5	4	2	127		
22	5	5	2	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	3	5	1	5	5	2	5	5	2	5	5	4	5	5	5	5	2	2	5	2	5	5	144		
23	4	4	3	4	5	5	4	4	4	3	4	4	3	2	4	2	4	4	3	4	4	3	4	4	3	5	4	4	4	3	2	4	4	4	4	128		
24	2	4	5	2	5	2	2	4	2	2	4	2	5	3	4	4	2	4	5	2	4	5	5	2	2	4	2	2	4	2	4	2	4	2	4	2	121	
25	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	2	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	132	
26	3	4	5	4	5	2	3	3	4	4	2	4	5	2	4	5	3	4	5	3	4	5	3	4	5	4	5	2	3	4	4	3	2	4	4	4	129	
27	5	5	2	5	4	3	4	5	5	5	4	5	5	3	4	3	5	5	2	5	5	2	5	4	3	4	5	5	5	5	5	4	5	4	5	144		
28	4	2	5	1	5	4	3	4	1	2	2	2	4	4	4	4	4	2	5	4	2	5	4	5	4	3	2	1	2	3	4	4	4	4	1	123		
29	3	3	2	4	5	4	2	2	4	4	4	2	4	1	4	5	3	3	2	3	3	2	4	5	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	118		
30	5	4	5	4	5	5	2	4	4	4	2	3	5	2	4	2	5	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	2	4	4	3	4	4	4	4	138		
31	3	4	4	3	5	5	3	4	3	4	4	4	4	5	3	4	5	3	4	4	3	4	4	5	5	5	3	4	3	4	3	5	4	5	4	3	143	
32	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	2	2	4	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5	4	5	3	5	3	5	5	146	
33	4	5	5	4	5	3	2	3	4	5	2	3	5	1	5	3	4	5	5	4	5	5	5	5	3	2	5	4	5	4	5	5	5	4	5	4	142	
34	4	5	5	4	5	5	2	4	4	4	2	2	4	4	4	3	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	2	5	4	4	5	4	4	4	4	143		
35	3	3	4	3	2	4	3	3	2	3	4	4	5	3	2	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	2	4	3	3	3	2	3	4	3	4	3	114	

Lampiran 6. Data Statistik

Statistics

TOTAL

N	Valid	35
	Missing	0
Mean		100,49
Median		101,00
Mode		76
Std. Deviation		18,176
Minimum		73
Maximum		134
Sum		3517

TOTAL

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	73	1	2,9	2,9	2,9
	75	2	5,7	5,7	8,6
	76	3	8,6	8,6	17,1
	77	1	2,9	2,9	20,0
	78	1	2,9	2,9	22,9
	86	1	2,9	2,9	25,7
	89	1	2,9	2,9	28,6
	90	1	2,9	2,9	31,4
	91	2	5,7	5,7	37,1
	92	1	2,9	2,9	40,0
	95	1	2,9	2,9	42,9
	97	2	5,7	5,7	48,6
	101	1	2,9	2,9	51,4
	103	1	2,9	2,9	54,3
	106	1	2,9	2,9	57,1
108	1	2,9	2,9	60,0	
109	2	5,7	5,7	65,7	

110	1	2,9	2,9	68,6
113	1	2,9	2,9	71,4
114	1	2,9	2,9	74,3
115	1	2,9	2,9	77,1
121	1	2,9	2,9	80,0
122	2	5,7	5,7	85,7
123	2	5,7	5,7	91,4
125	2	5,7	5,7	97,1
134	1	2,9	2,9	100,0
Total	35	100,0	100,0	

Lampiran 7. Validitas dan Reliabilitas

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,898	28

Validitas

No Item	r Hitung	R Tabel	Signifikansi 5%	Kriteria
1	0,483	0,334	0,003	Valid
2	0,592	0,334	0,000	Valid
3	0,460	0,334	0,005	Valid
4	0,403	0,334	0,016	Valid
5	0,586	0,334	0,000	Valid
6	0,481	0,334	0,003	Valid
7	0,227	0,334	0,107	Tidak Valid
8	0,568	0,334	0,000	Valid
9	0,408	0,334	0,015	Valid
10	0,592	0,334	0,000	Valid
11	0,224	0,334	0,196	Tidak Valid
12	0,501	0,334	0,002	Valid
13	0,502	0,334	0,002	Valid
14	-0,217	0,334	0,210	Tidak Valid
15	0,626	0,334	0,000	Valid
16	0,023	0,334	0,896	Tidak Valid
17	0,483	0,334	0,003	Valid
18	0,563	0,334	0,000	Valid
19	0,437	0,334	0,009	Valid
20	0,479	0,334	0,004	Valid
21	0,563	0,334	0,000	Valid
22	0,501	0,334	0,002	Valid
23	0,400	0,334	0,017	Valid
24	0,517	0,334	0,001	Valid
25	0,475	0,334	0,004	Valid
26	0,063	0,334	0,721	Tidak Valid
27	0,592	0,334	0,000	Valid
28	0,403	0,334	0,016	Valid
29	0,360	0,334	0,033	Valid
30	0,037	0,334	0,833	Tidak Valid
31	0,481	0,334	0,003	Valid
32	0,440	0,334	0,008	Valid
33	0,481	0,334	0,003	Valid
34	0,199	0,334	0,252	Tidak Valid
35	0,403	0,334	0,016	Valid

Lampiran 8. Tabel Nilai r Product Moment

NILAI-NILAI r PRODUCT MOMENT								
N	Taraf Signif		N	Taraf Signif		N	Taraf Signif	
	5%	1%		5%	1%		5%	1%
3	0.997	0.999	27	0.381	0.487	55	0.266	0.345
4	0.950	0.990	28	0.374	0.478	60	0.254	0.330
5	0.878	0.959	29	0.367	0.470	65	0.244	0.317
6	0.811	0.917	30	0.361	0.463	70	0.235	0.306
7	0.754	0.874	31	0.355	0.456	75	0.227	0.296
8	0.707	0.834	32	0.349	0.449	80	0.220	0.286
9	0.666	0.798	33	0.344	0.442	85	0.213	0.278
10	0.632	0.765	34	0.339	0.436	90	0.207	0.270
11	0.602	0.735	35	0.334	0.430	95	0.202	0.263
12	0.576	0.708	36	0.329	0.424	100	0.195	0.256
13	0.553	0.684	37	0.325	0.418	125	0.176	0.230
14	0.532	0.661	38	0.320	0.413	150	0.159	0.210
15	0.514	0.641	39	0.316	0.408	175	0.148	0.194
16	0.497	0.623	40	0.312	0.403	200	0.138	0.181
17	0.482	0.606	41	0.308	0.398	300	0.113	0.148
18	0.468	0.590	42	0.304	0.393	400	0.098	0.128
19	0.456	0.575	43	0.301	0.389	500	0.088	0.115
20	0.444	0.561	44	0.297	0.384	600	0.080	0.105
21	0.433	0.549	45	0.294	0.380	700	0.074	0.097
22	0.423	0.537	46	0.291	0.376	800	0.070	0.091
23	0.413	0.526	47	0.288	0.372	900	0.065	0.086
24	0.404	0.515	48	0.284	0.368	1000	0.062	0.081
25	0.396	0.505	49	0.281	0.364			
26	0.388	0.496	50	0.279	0.361			

Lampiran 9. Foto Dokumentasi

