

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Siswa

1. Definisi Siswa

Siswa merupakan yang duduk di meja belajar di Sekolah dasar, Sekolah menengah pertama (SMP), dan sekolah menengah atas (SMA). Siswa yakni belajar untuk meraih ilmu dan mencapai pemahaman ilmu yang telah didapat untuk belajar di sekolah. pengertian siswa adalah orang yang datang kesekolah untuk memperoleh atau mempelajari beberapa tipe Pendidikan (Sardiman, 2006). Dari sudut pandang ini, status siswa dapat diartikan sebagai status yang disandang oleh mereka yang diharapkan menjadi calon-calon yang akan memimpin generasi penerus bangsa melalui keterlibatannya dalam belajar di Sekolah .

Sekolah adalah tempat di mana siswa dapat meraih atau memperoleh beragam jenis pendidikan. Siswa ini mengalami berbagai perubahan, baik dari segi fisik maupun psikis. Disamping itu juga siswa mengalami perkembangan dalam hal kognitif dan mulai mampu berpikir secara abstrak seperti orang dewasa. Remaja mulai mengembangkan kemandirian emosional dari orang-orang di sekitarnya.

Peran penting dimiliki oleh siswa ikut andil dalam memajukan bangsa serta mewujudkan pembangunan Nasional yang baik untuk kepetingan Bangsa, berada pada tingkatan jenjang pendidikan SD/SMP/SMA sederajat siswa yang

mengikuti program belajar di sekolah tentu nya tidak luput dari berbagai peraturan sekolah yang harus ditaati dan tuntutan belajar. Kepatuhan dan ketaatan seorang siswa terhadap peraturan sekolah yang berlaku itu biasa disebut dengan disiplin.

Berdasarkan uraian diatas ditarik kesimpulan definisi siswa adalah seseorang yang sedang mengikuti proses pembelajaran di lembaga pendidikan, baik formal maupun nonformal, untuk mengembangkan potensi diri dan meraih tujuan pendidikan. Siswa adalah komponen penting dalam sistem pendidikan dan memiliki peran sentral dalam proses belajar mengajar.

B. Kecemasan Sebelum Bertanding

1. Pengertian Kecemasan

Kecemasan adalah perasaan khawatir yang selalu menyebar, tidak jelas , mikir yang negatif terus akan menimpa diri nya sendiri. Anshel (dalam Satiadarma, 2000) menyatakan bahwa kecemasan merupakan respon emosional terhadap situasi yang mengancam. Weinberg dan Gould (dalam Satiadarma, 2000) mendefinisikan kecemasan sebagai keadaan emosi negatif yang ditandai dengan perasaan khawatir dan cemas serta disertai dengan peningkatan gairah sistem fisiologis tubuh.

Kecemasan menyebutkan bahwa masyarakat Indonesia pada umumnya menyebut pobia, fear, dan anxiety menjadi satu kata yaitu 'takut', padahal semua kata tersebut memiliki makna yang berbeda (Sarwono, 2017)

Berdasarkan uraian di atas terdapat ditarik kesimpulan kecemasan

merupakan keadaan negatif yang ditandai dengan perasaan khawatir dan cemas yang berlebihan, dimana orang yang terkena dampak kecemasan yang tinggi merasa ketakutan.

2. Definisi Kecemasan Menghadapi Pertandingan

Kecemasan menghadapi pertandingan antara perasaan takut dan khawatir dikarenakan oleh tekanan dari sisi manapun seperti halnya di tekan oleh supporter yang begitu banyak dan ada tekanan dari diri sendiri dikarenakan ada tuntutan untuk menang. Gejala-gejala rasa cemas dan stress dalam pertandingan misalnya rasa cemas, rasa khawatir, ketegangan, kebingungan, kurang atau hilang konsentrasi, dan rasa percaya diri yang menurun suatu pertandingan (Egi Leta, 2021).

Mencapai prestasi yang maksimal seorang atlet membutuhkan beberapa kesiapan yaitu fisik, teknik, dan taktik (Gunarsa, 2008). Diperlukan kesiapan mental dan fisik untuk mencapai melakukan kemampuan terbaik karena mental sendiri yang bisa mengubah permainan menjadi baik. Faktor mental tidak mempengaruhi faktor penentu keberhasilan didalam pertandingan tersebut. ada beberapa komponen yang dapat mempengaruhi permainan atlet, yaitu taktik dalam bermain, fisik yang kuat dan psikis.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan Kecemasan menghadapi pertandingan adalah respons emosional negatif yang melibatkan perasaan, perilaku, dan reaksi fisiologis terhadap situasi pertandingan, ditandai oleh perasaan khawatir dan was-was. Hal ini terjadi karena atlet merasa

terancam atau tertekan. Kecemasan dapat mempengaruhi kinerja, seperti berkurangnya konsentrasi dan mudah merasa lelah.

3. Aspek Kecemasan Menghadapi pertandingan

Mengemukakan aspek-aspek kecemasan menghadapi pertandingan dapat diukur dengan menggunakan skala kecemasan bertanding (Cox, 2012), yaitu:

a. Aspek Kognitif

Aspek kognitif meliputi pemikiran negatif, ketakutan akan kegagalan, bahkan kehilangan harga diri :

1. Pemikiran negatif

Pemikiran negatif adalah distorsi kognitif, yang didefinisikan sebagai pola pikir yang berlebihan dan tidak berdasarkan fakta yang dapat menyebabkan seseorang memandang sesuatu secara negatif atau bahkan memiliki pandangan negatif tentang dirinya sendiri. contohnya, menganggap bahwa sesuatu yang buruk disebabkan oleh orang lain atau dirinya sendiri.

2. Ketakutan akan kegagalan

Ketakutan akan kegagalan mencakup pengalaman kognitif, emosional, dan perilaku. Contohnya kecemasan terhadap penilaian, yang berarti khawatir dinilai negatif oleh teman, guru, dan orang tua.

3. Kehilangan harga diri

Kehilangan harga diri adalah kondisi di mana seseorang merasa tidak percaya diri, tidak mampu, dan tidak layak untuk mendapatkan

keberhasilan atau kebahagiaan. contohnya, memiliki rasa percaya diri yang rendah.

b. Aspek Somatik

Aspek somatik adalah respons fisiologis yang terjadi ketika seseorang mengalami kecemasan. Aspek somatik dapat berupa insomnia sebelum pertandingan besar atau merasa pusing sebelum pertandingan, kram pada perut, keringat dingin, merasa mual, merasa memerah dan berkeringat ketika dikelilingi orang baru, kelelahan, sakit kepala. Pendapat lain menurut Kroll (Ravaie & Kumoluhadi, 2006) Keluhan somatik, ketakutan akan kegagalan, perasaan tidak mampu, kehilangan kontrol, dan rasa bersalah adalah beberapa aspek kecemasan menghadapi pertandingan.

1. Keluhan somatik

Keluhan somatik adalah adanya situasi diri yang disebabkan oleh stres dengan aktifitas fisiologis yang tinggi, seperti cemas menghadapi pertandingan dan efeknya, seperti kencing, sakit perut, gemetar, dan keringat di tangan.

2. Takut akan kegagalan

Takut gagal biasanya termanifestasi sebagai perasaan cemas dan pesimis karena atlet merasa gagal saat bertanding.

3. Perasaan tidak mampu

Perasaan tidak mampu adalah perasaan bimbang atau ragu seorang siswa tentang kemampuannya saat bertanding.

4. Hilang kontrol

Hilang kontrol biasanya menyebabkan sikap diri yang tiba-tiba seolah dikontrol oleh faktor eksternal, seperti keberuntungan. ini merupakan akibat persepsi atlet yang tidak yakin terhadap kemampuan yang dimilikinya.

5. Perasaan bersalah

Perasaan bersalah karena melakukan kesalahan pada diri sendiri sebagai akibat dari melakukan kesalahan secara paksa atau tanpa alasan Itu semua terjadi secara wajar dalam pertandingan.

4. Faktor-Faktor yang mempengaruhi kecemasan

Menurut Gunarsa (2008), ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi atlet kecemasan menghadapi pertandingan, yaitu:

a. Kesiapan penampilan

Ketakutan untuk bertanding mengakibatkan merasa tidak siap untuk pertandingan, yang akhirnya menyebabkan kecemasan.

b. Permasalahan di antara anggota tim dan pelatih

Atlet cemas saat menghadapi pertandingan karena hubungan pelatih-atlet yang tidak baik. Konflik antara atlet dan pelatih dapat berasal dari konflik pribadi atau dari kegagalan dalam pertandingan. Perselisihan terus berlanjut, akan menyimpulkan bahwa akan bertanggung jawab atas kesalahan fatal yang mereka lakukan selama pertandingan.

c. Keterbatasan waktu latihan dan dana

Keterbatasan sumber dana berkaitan dengan jumlah dana yang harus

dikeluarkan oleh atlet ketika akan mengikuti pertandingan tersebut. Waktu pelatihan yang singkat atau mendesak juga dapat menimbulkan kecemasan bagi siswa dalam menghadapi pertandingan.

d. Proses seleksi

Proses seleksi yang tidak jelas juga memengaruhi tingkat kecemasan seorang siswa saat bertanding.

e. Dukungan sosial

Siswa dapat mengalami kecemasan saat menghadapi pertandingan jika atlet tidak mendapatkan dukungan sosial dari orang terdekat, seperti orang tua, teman satu tim, atau pelatih.



C. Motivasi Berprestasi

1. Definisi Motivasi Berprestasi

Motivasi berprestasi merupakan dorongan yang ada bagi siswa untuk mencapai suatu keinginan prestasi yang diinginkan, yaitu dengan menguasai serta mengatur keadaan lingkungan sosial sekitar, berusaha mengatasi rintangan yang dihadapinya dan mengasah kualitas hasil yang tinggi, bersaing melalui usaha yang keras untuk melebihi hasil pencapaian yang telah dilakukan sebelumnya, serta melakukan usaha yang dapat mengungguli hasil pencapaian orang lain. Motivasi berprestasi menurut Mc Cleland dalam (Sujarwo, 2011) bahwa Motivasi berprestasi adalah dorongan seseorang untuk sukses atau berhasil dalam kompetisi, dengan ukuran keunggulan berupa prestasi orang lain maupun prestasi sebelumnya.

Motivasi berprestasi adalah kecenderungan seseorang untuk meraih keberhasilan atau mencapai tujuan akhir yang harus diraih dengan sungguh-sungguh. Siswa dengan motivasi berprestasi akan memiliki keuletan, Karena ingin meraih keberhasilan dalam turnamen yang diikutinya dan mendorong hambatan untuk menyelesaikan turnamen dengan meraih keberhasilan (Wijayanto A. 2021).

Demikian Motivasi berprestasi adalah banyak dorongan untuk mendorong seseorang untuk memiliki keinginan berdasarkan tujuan mencapai keinginan yang baik (Yuliantari, 2020). Mc Celland menerangkan bahwasannya motivasi berprestasi adalah kekuatan daya pikiran manusia untuk melakukan

kegiatan yang lebih baik, lebih efektif dan lebih efisien daripada kegiatan yang dilakukan sebelumnya (Yunia, 2020).

Berdasarkan uraian yang ada di atas dapat dijelaskan bahwasannya motivasi berprestasi merupakan kebutuhan dorongan untuk siswa meraih keinginan apa yang ingin diraihnya dengan usaha. Motivasi berprestasi yang rendah dapat menurunkan prestasinya juga mengakibatkan siswa tidak adanya semangat dan mudah menyerah dalam meraih prestasi yang diinginkan.

2. Aspek-Aspek Motivasi Berprestasi

Menurut Gunarsa (2008) aspek-aspek motivasi berprestasi sebagai berikut:

a. Atlet itu sendiri

Dorongan yang kuat untuk mencapai prestasi setinggi-tingginya merupakan sesuatu yang muncul pada diri seorang atlet.

b. Hasil penampilan

Pengalaman yang pernah dialami ketika pernah memiliki pertandingan, maupun baik atau buruk akan berpengaruh ketika bertanding kembali.

c. Suasana pertandingan

Dorongan dari pelatih atau pun tekanan dari penonton dapat mempengaruhi motivasi atlet.

d. Tugas atau penampilan

Pencacatan atau rekaman dari suatu penampilan dalam berolahraga, dapat digunakan sebagai evaluasi terhadap apa yang telah dilakukan atau

perlihatkan oleh atlet, baik yang negatif maupun positif.

3. Jenis Motivasi

Menurut Ari Wibowo dkk (2021) Perilaku individu dalam olahraga dipengaruhi oleh motivasi, yakni motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Berikut pembahasannya secara lebih lanjut.

a. Motivasi Intrinsik

Motivasi intrinsik bersumber dari dalam diri individu itu sendiri untuk melakukan aktivitas olahraga. Motivasi intrinsik sifatnya permanen, mandiri, dan stabil karena dorongan berasal dari dalam, kondisi kejiwaan orang tersebut, yang akan menentukan kuat atau tidaknya motivasi dan berlangsung lama atau tidaknya motivasi tersebut. Motivasi intrinsik terbagi menjadi dua, yaitu :

1. Motivasi intrinsik positif adalah keinginan untuk tumbuh dan berkembang, mengekspresikan diri, seperti ingin karier dalam berolahraga lebih baik, dan aktualisasi diri.
2. Motivasi intrinsik negatif, karena tekanan, ancaman, ketakutan, dan kekhawatiran seperti takut tertinggal dengan temanteman yang lain dalam tim Ketika anak didik/atlet merasa senang dan puas atas keterbatasannya dalam aktivitas olahraga maka anak didik/atlet tersebut termotivasi secara intrinsik. Ciri-ciri atlet yang memiliki motivasi intrinsik, antara lain:
 - a) Berorientasi pada kepuasan dalam dirinya
 - b) Biasanya tekun, rajin, kerja keras, teratur, disiplin dalam latihan
 - c) Tidak suka bergantung pada orang lain.

- d) Aktivitas lebih permanen
- e) Memiliki karakteristik kepribadian yang positif, matang jujur, sportif.

b. Motivasi Ekstrinsik

Motivasi ekstrinsik bersumber dari luar diri individu untuk melakukan aktivitas olahraga. Sifatnya sementara, tergantung, dan tidak stabil. Motivasi ekstrinsik terbagi menjadi dua, yakni:

1. Motivasi ekstrinsik positif, yakni berupa hadiah, iming-iming yang membangkitkan, niat untuk berbuat sesuatu, seperti bonus jika menang pertandingan.
2. Motivasi ekstrinsik negatif, yakni sesuatu yang dipaksakan dari luar agar orang menghindari dari sesuatu yang tidak diinginkan, seperti kena sanksi atau hukuman ketika terlambat latihan. Biasanya ada motif untuk bersaing memegang peranan yang lebih besar daripada kepuasan karena telah berprestasi lebih baik. Adapun ciri-ciri atlet yang memiliki motivasi ekstrinsik:
 - a) kurang sportif/kurang jujur, seperti licik/curang
 - b) sering tidak menghargai orang lain/lawan/peraturan pertandingan
 - c) Cenderung berbuat hal-hal yang merugikan
 - d) Kurang bersemangat dan bergairah baik dalam latihan maupun bertanding. banyak atlet yang bermotivasi ekstrinsik akan mudah dibeli/disogok dan menghalalkan segala cara untuk memperoleh kemenangan.

Motivasi intrinsik lebih efektif daripada motivasi ekstrinsik.

kenyataannya, kedua motivasi tersebut bersamaan Menuntun tingkah laku anak didik/atlet. Kedua motivasi ini memiliki fubungan yang saling menambah, menguatkan, dan melengkapi yatu sama lain.

4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Motivasi Berprestasi

Motivasi setiap orang berbeda-beda, terutama motivasi berprestasi dalam mencapai suatu keinginan, hal ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut McClelland dalam (Sukadji, 2001), ada beberapa faktor yang mempengaruhi motivasi berprestasi, yakni:

a. Pengalaman pada tahun-tahun pertama kehidupan

Adanya perbedaan pengalaman masa lalu pada setiap orang menyebabkan terjadinya variasi terhadap tinggi rendahnya kecenderungan untuk berprestasi pada diri seseorang.

b. Latar belakang budaya tempat seseorang dibesarkan

Bila dibesarkan dalam budaya yang menekankan pada pentingnya keuletan, kerja keras, sikap inisiatif dan kompetitif, serta suasana yang selalu mendorong individu untuk memecahkan masalah secara mandiri tanpa dihantui perasaan takut gagal, maka dalam diri seseorang akan berkembang hasrat prestasi yang tinggi.

c. Peniruan tingkah laku (*modeling*)

Anak mengambil atau meniru banyak karakteristik dari model, termasuk dalam kebutuhan untuk berprestasi jika model tersebut memiliki motivasi dalam derajat tertentu.

d. Lingkungan tempat proses pembelajaran berlangsung

Iklim belajar yang menyenangkan, tidak mengancam, memberi semangat dan sikap optimisme bagi siswa dalam belajar, cenderung akan mendorong seseorang untuk tertarik belajar, memiliki toleransi terhadap suasana kompetisi dan tidak khawatir akan kegagalan.

e. Harapan orang tua terhadap anaknya

Orangtua yang mengharapkan anaknya bekerja keras dan berjuang untuk mencapai sukses akan mendorong anak tersebut untuk bertingkah laku yang mengarah pada pencapaian prestasi.

5. Ciri-Ciri dan Karakteristik Motivasi Berprestasi

Menurut McClelland (1987), ciri-ciri orang yang memiliki motivasi berprestasi adalah

- a. Bekerja keras, perasaan bersungguh-sungguh untuk mencapai tujuan, keinginan untuk menyelesaikan pekerjaannya dengan hasil yang memuaskan
- b. Ulet, adanya keinginan yang gak pernah menyerah dan putus asa terhadap apa yang ditujuannya yang harus di prioritaskan kedepannya
- c. Membutuhkan umpan balik terhadap kinerja (*feedback*)
- d. Berorientasi masa depan, kreatif, dan inovatif; mencari peluang dan mampu memanfaatkan peluang untuk memenuhi potensi diri.
- e. Tidak suka membuang waktu, mampu memanfaatkan waktu dengan sebaik-baiknya sehingga waktunya bermanfaat.
- f. Optimis, yaitu yakin bahwa usaha yang dilakukan akan berhasil sesuai tujuan utama.

- g. Saya sangat ingin tahu dan menyukai tantangan, terutama menikmati kegiatan yang bergengsi dan kompetitif.
- h. Bertanggung jawab, bertanggung jawab terhadap diri sendiri, mampu mengambil resiko dan menentukan masa depannya demi mewujudkan impiannya.
- i. Pengambilan risiko 'moderat' dalam arti bahwa tindakannya konsisten dengan batas kemampuan.

D. Hubungan Antara Motivasi Berprestasi Dengan Kecemasan Saat

Menghadapi Turnamen

Kecemasan merupakan perasaan wajar yang bisa terjadi pada siapapun, seseorang yang mengalami kecemasan akan cenderung berperilaku tidak sabar dan terburu-buru. Menurut Gunarsa (2008) menyatakan motivasi berprestasi juga sangat erat berhubungan dengan kecemasan. Kecemasan dapat muncul karena adanya kekhawatiran tidak dapat mencapai apa yang diinginkan atau lebih jelas lagi ketakutan akan kalah .

Aspek somatik merupakan komponen yang mencerminkan respons fisik dan psikologis individu yang berhubungan dengan kondisi tubuh dan perasaan ketidaknyamanan akibat tekanan atau stres. Pertama, keluhan somatik adalah gejala fisik yang dialami seseorang, seperti sakit kepala, nyeri otot, atau gangguan pencernaan, yang muncul sebagai manifestasi dari tekanan psikologis yang dialami (Kroenke, K., Spitzer, R. L., & Williams, 2002).

Kedua, takut gagal merupakan perasaan cemas atau ketakutan yang muncul ketika menghadapi situasi yang menuntut pencapaian, dapat memicu reaksi somatik berupa peningkatan detak jantung, keringat dingin, dan ketegangan otot (Elliot, A. J., & Church, 1997).

Ketiga, perasaan tidak mampu adalah pengalaman subjektif ketidakmampuan atau kurangnya kepercayaan diri yang berkontribusi terhadap stres dan manifestasi somatik pada individu (Bandura, 1997). Ketiga aspek somatik ini saling berkaitan dan dapat memengaruhi performa individu dalam berbagai bidang, khususnya dalam konteks motivasi dan prestasi.

Motivasi berprestasi merupakan dorongan dalam diri individu untuk mencapai keunggulan dan kesuksesan dalam aktivitas tertentu. Aspek pertama dari motivasi berprestasi adalah Atlet itu sendiri, bahwasannya mencapai keunggulan dan hasil terbaik dalam bidang olahraga yang digelutinya. Motivasi ini tidak bergantung pada tekanan dari luar, melainkan lahir dari keinginan pribadi untuk menjadi yang terbaik dan dirinya harus ada perkembangan dengan proses perkembangan harus ada latihan yang rutin, Tanpa melakukan proses latihan seorang atlet tidak akan mampu dan bisa melakukan perkembangan suatu keterampilan yang berguna buat meraih dan menerima sebuah prestasi (Marheni et al.,2019).

Aspek kedua adalah Hasil penampilan, artinya Hasil penampilan mencerminkan pencapaian nyata dari usaha, latihan, dan komitmen yang telah dijalani. Aspek ini tidak hanya dilihat dari kemenangan, tetapi juga strategi, dan mental bertanding yang diperlihatkan selama kompetisi.

Aspek ketiga adalah Suasana pertandingan, artinya Suasana pertandingan mencakup kondisi lingkungan saat kompetisi berlangsung, seperti tekanan dari penonton, kehadiran lawan yang tangguh, dukungan tim, maupun intensitas emosional yang dirasakan. didalam olahraga pengaruh emosi dapat menghambat kinerja seseorang karena berubahnya perilaku seseorang yang mengakibatkan terganggunya koordinasi (Sukadiyanto, 2009).

Aspek keempat adalah Tugas atau penampilan individu terhadap pelaksanaan tugas atau upaya dalam menampilkan kemampuan terbaiknya. Dalam konteks atlet, aspek ini mencerminkan sejauh mana mereka fokus pada proses menjalankan tugas-tugas latihan maupun pertandingan secara optimal. Semua aspek ini berjalan secara dinamis dan saling memengaruhi Motivasi dari dalam diri atlet menjadi fondasi yang mendorong mereka untuk menyikapi suasana pertandingan secara positif, Fokus pada tugas dan tanggung jawab sebagai atlet, dan Berupaya meraih hasil penampilan terbaik.

Motivasi yang kuat tidak jarang juga menimbulkan kecemasan terutama menjelang saat pertandingan berlangsung. Kejadian ini bersumber dari tekanan internal maupun eksternal, seperti tuntutan pribadi, harapan pelatih, persaingan yang ketat. Serta perubahan situasi dalam pertandingan. Hal tersebut dapat menurunkan kepercayaan diri dan berdampak pada perfoma yang mengikuti turnamen (Jarvis, 2005) Keadaan terdorong dalam diri seseorang untuk berprestasi sering kali disertai dengan pemikiran negatif, seperti takut tidak memenuhi ekspektasi atau takut gagal. Perilaku yang timbul dan terarah karena keadaan dapat terganggu jika seseorang mengalami ketakutan akan gagal atau kehilangan harga

diri, meskipun motivasi ada, performa bisa menurun. Tujuan yang ingin didapat oleh pelaku bisa menjadi sumber tekanan mental. Tujuan tersebut dianggap terlalu tinggi atau sulit dicapai, maka munculah aspek kognitif kecemasan, seperti keraguan pada kemampuan diri sendiri.

Motivasi berprestasi dan kecemasan saling terkait dalam menghadapi turnamen dan saling mempengaruhi. Semakin tinggi motivasi berprestasi, cenderung akan mengurangi dan mengontrol rasa cemas untuk menghadapi tekanan. Orang yang memiliki dengan motivasi dengan kuat atau tinggi cenderung lebih fokus terhadap apa yang ingin dicapai, sehingga rasa cemas dapat dikondisikan. Begitu sebaliknya kecemasan yang berlebihan, motivasinya rendah tidak bisa mengontrol rasa cemas dari tekanan maka bisa menyebabkan performa anjlok. adanya gangguan konsentrasi yang akhirnya berpengaruh pada jalannya pertandingan merupakan faktor utama siswa merasakan kecemasan sebelum pertandingan dimulai, (Ardiansyah, 2014).

Kecemasan yang dirasakan oleh atlet tidak sepanjang bertanding berlangsung, tetapi kecemasan berlangsung sebelum pertandingan dikarenakan ada tekanan dari animo penonton yang banyak, karena atlet masih belum menyatu dengan keadaan situasi lapangan sekitar atau belum pernah merasakan dilihat oleh penonton.

atmosfer yang banyak. Kecemasan pada atlet dapat diatasi dengan diberikan motivasi berprestasi. Sehingga motivasi berprestasi erat hubungannya dengan kecemasan yang sedang dihadapi oleh seorang atlet agar dapat menemukan kepercayaan dirinya (Wijayanto, 2021).

Motivasi yang kuat tidak jarang juga menimbulkan kecemasan terutama menjelang saat pertandingan berlangsung. Kejadian ini bersumber dari tekanan internal maupun eksternal, seperti tuntutan pribadi, harapan pelatih, persaingan yang ketat. Serta perubahan situasi dalam pertandingan. Hal tersebut dapat menurunkan kepercayaan diri dan berdampak pada performa yang mengikuti turnamen (Jarvis, 2005).

Keadaan terdorong dalam diri seseorang untuk berprestasi sering kali disertai dengan pemikiran negatif, seperti takut tidak memenuhi ekspektasi atau takut gagal. Perilaku yang timbul dan terarah karena keadaan dapat terganggu jika seseorang mengalami ketakutan akan gagal atau kehilangan harga diri, meskipun motivasi ada, performa bisa menurun. Tujuan yang ingin didapat oleh pelaku bisa menjadi sumber tekanan mental. Tujuan tersebut dianggap terlalu tinggi atau sulit dicapai, maka munculah aspek kognitif kecemasan, seperti keraguan pada kemampuan diri sendiri.

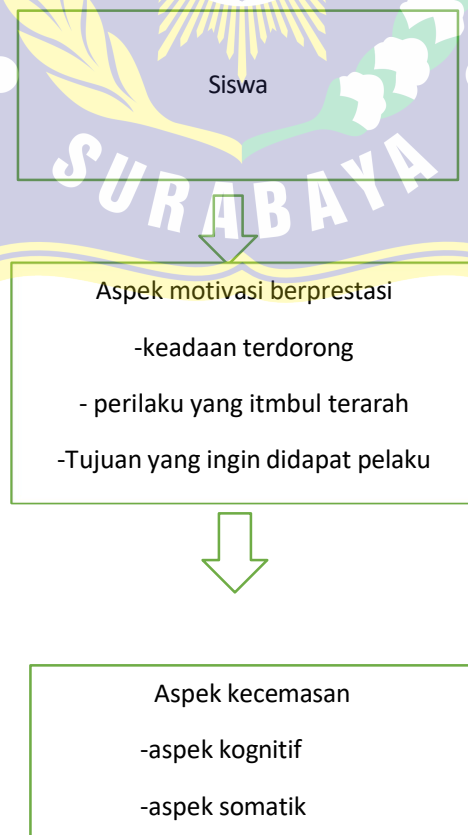
Motivasi berprestasi dan kecemasan saling terkait dalam menghadapi turnamen dan saling mempengaruhi. Semakin tinggi motivasi berprestasi, cenderung akan mengurangi dan mengontrol rasa cemas untuk menghadapi tekanan. Orang yang memiliki dengan motivasi dengan kuat atau tinggi cenderung lebih fokus terhadap apa yang ingin dicapai, sehingga rasa cemas dapat dikondisikan. Begitu sebaliknya kecemasan yang berlebihan, motivasi nya rendah tidak bisa mengontrol rasa cemas dari tekanan maka bisa menyebabkan performa anjlok. adanya gangguan konsentrasi yang akhirnya berpengaruh pada jalannya pertandingan merupakan faktor utama siswa merasakan kecemasan sebelum

pertandingan dimulai, (Ardiansyah, 2014).

Kecemasan yang dirasakan oleh atlet tidak sepanjang bertanding berlangsung, tetapi kecemasan berlangsung sebelum pertandingan dikarenakan ada tekanan dari animo penonton yang banyak, karena atlet masih belum menyatu dengan keadaan situasi lapangan sekitar atau belum pernah merasakan diliat oleh penonton atmosfer yang banyak. Kecemasan pada atlet dapat diatasi dengan diberikan motivasi berprestasi. Sehingga motivasi berprestasi erat hubungannya dengan kecemasan yang sedang dihadapi oleh seorang atlet agar dapat menemukan kepercayaan dirinya (Wijayanto, 2021).

E. Kerangka Berfikir

Berangkat dari beberapa pembahasan teori diatas, yang dijadikan landasan penelitian ini maka kerangka berpikir yang dapat diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:



Tergantung pada apa atau seberapa penting ajang kompetitif yang dihadapi atlet tersebut. Semakin seorang atlet mempersepsikan pentingnya suatu event kompetitif, maka semakin besar pula dampaknya terhadap kecemasan atlet tersebut . kondisi tempat pertandingan dapat menimbulkan perbedaan persepsi pada setiap pemain. hal ini dapat menimbulkan berbagai perilaku yang terlihat, termasuk rasa takut. Persepsi pemain terhadap kompetisi dapat mempengaruhi kecemasan dalam suatu pertandingan.

F. Hipotesis

Berdasarkan uraian teori yang telah dikemukakan diatas, maka penulis mengajukan hipotesis sebagai berikut: “terdapat Hubungan antara Motivasi berprestasi dengan kecemasan saat menghadapi turnamen futsal pada siswa SMKN 1 Surabaya.

