

**STUDI PERBEDAAN PERFORMANCE
DITINJAU DARI KECEMASAN BERTANDING
PADA ATLET SEPAKBOLA
(DENGAN TIPE KEPERIBADIAN EKSTROVERT DAN INTROVERT
SEBAGAI VARIABEL MODERATOR)**

SKRIPSI



MILIK
PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA

OLEH :

Made Ayu Dini Dwihapsari Mada

NIM : 119510058

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA**

2003

**STUDI PERBEDAAN PERFORMANCE
DITINJAU DARI KECEMASAN BERTANDING
PADA ATLET SEPAKBOLA
(DENGAN TIPE KEPERIBADIAN EKSTROVERT DAN INTROVERT
SEBAGAI VARIABEL MODERATOR)**

SKRIPSI

**Diajukan Guna Melengkapi Tugas–Tugas Dan
Memenuhi Salah Satu Syarat Dalam Memperoleh
Gelar Sarjana Universitas Airlangga Surabaya**



**MILIK
PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA**

OLEH :

Made Ayu Dini Dwihapsari Mada

NIM : 119510058

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA**

2003

HALAMAN PERSETUJUAN



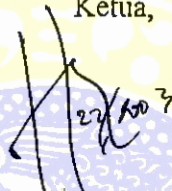
HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Dewan Penguji pada

Senin, 13 Januari 2003

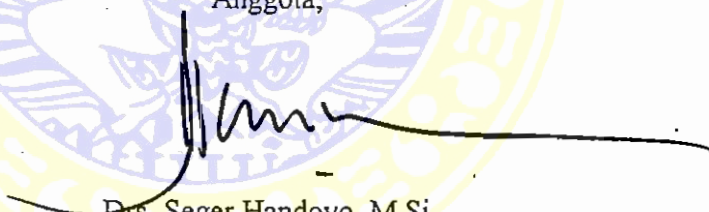
Dewan Penguji terdiri dari :

Ketua,



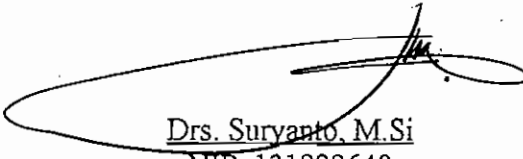
Drs. Cholicul Hadi, MS
NIP. 131865206

Anggota,



Drs. Seger Handoyo, M.Si
NIP. 131967668

Anggota,



Drs. Suryanto, M.Si
NIP. 131999640

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa : Ada perbedaan *performance* ditinjau dari kecemasan bertanding (CAT) pada atlet sepak bola (dengan tipe kepribadian ekstrovert dan introvert sebagai variabel moderator). Pada atlet yang bertipe kepribadian terdapat hubungan yang signifikan antara *performance* dengan kecemasan bertanding, hubungan korelasi terbalik. Sedangkan pada atlet yang ekstrovert tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *performance* dengan kecemasan bertanding.

Dengan demikian hipotesis nol (H_0) yang menyatakan “Ada perbedaan *performance* ditinjau dari tingkat kecemasan bertanding pada atlet sepakbola (dengan tipe kepribadian ekstrovert dan introvert sebagai variabel moderator), yaitu atlet yang berkepribadian introvert lebih mudah mengalami kecemasan bertanding yang dapat mempengaruhi *performancenya* pada saat bertanding”, diterima.

B. Saran

Dari hasil penelitian ini, maka perlu adanya beberapa saran, baik yang berkenaan dengan kepentingan ilmiah, maupun yang berkenaan dengan kepentingan praktis.

1. Berkenaan dengan kepentingan ilmiah

- a. Diharapkan adanya kelanjutan dari penelitian ini, sehingga apa yang dilakukan peneliti saat ini tidak terhenti begitu saja, melainkan ada suatu kelanjutan yang pada akhirnya akan memperkaya informasi ilmiah berkenaan dengan masalah kecemasan bertanding (CAT), tipe kepribadian ekstrovert - introvert dan *performance* seorang atlet.
 - b. Bagi peneliti lain yang berminat pada masalah ini. Disarankan untuk mengkaji secara lebih luas dengan mempertimbangkan beberapa faktor, seperti memperluas populasi dan sampel, faktor validitas dan reliabilitas alat ukur, dan lainnya agar hasil penelitian ini dapat digeneralisasikan secara lebih luas lagi.
2. Berkenaan dengan kepentingan praktis
- a. Bagi atlet

Para atlet supaya lebih memperhatikan lagi mengenai faktor kecemasan bertanding yang dapat mempengaruhi *performance* saat bertanding.

Gunakan informasi-informasi yang ada dan pengalaman-pengalaman masa lalu agar dapat mengatasi suatu situasi tertentu yang menuntut suatu keterampilan dan pengambilan keputusan.
 - b. Bagi pelatih
 - Selain memperhatikan faktor ekstern, seperti fasilitas sarana dan lapangan, metode pelatihan, lingkungan, hendaknya juga memperhatikan faktor intern (faktor yang ada dalam diri atlet), seperti kecemasan. Sebab keberhasilan atlet top terletak pada kedua faktor tersebut.

- Pelatih hendaknya dapat melihat kekuatan dan kekurangan atletnya. Selalu mengadakan pembicaraan pembangkit semangat, berdiskusi mengenai kesulitan-kesulitan yang dihadapi atlet dan menyusun rencana-rencana yang akan datang. Berikan juga *reward* atau penghargaan terhadap atlet yang mampu melaksanakan tugasnya dengan baik dan berhasil. Biasakan para atlet untuk dapat berdiri sendiri, mampu membuat keputusan sendiri, serta bebas berbuat dan bertanggung jawab atas segala keberhasilan dan kegagalan yang dihadapinya.
- Meskipun olahraga kompetitif bertujuan meraih kemenangan, dalam hal kemenangan merupakan tujuan tunggal bagi seorang atlet, tuntutan tersebut dapat membuat atlet merasa takut gagal. Sebagai akibatnya ia mungkin akan mengalami kecemasan dalam intensitas yang mengganggu *performancenya* dalam pertandingan. Bagi atlet-atlet yang tinggi kecenderungannya untuk mengalami rasa cemas, sebaiknya tujuan bertanding diarahkan untuk meningkatkan prestasi serta menambah pengalaman. Dengan demikian atlet yang cemas tidak akan merasa terlalu terancam oleh tuntutan untuk menjadi juara.