

ARE THERE DIFFERENCE THE PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF INDONESIANSEA GAMES ATHLETES IN TERMS OF TEAM SPORTS BASED ON SEX?

Yahya Eko Nopiyanto¹, Septian Raibowo², Alimuddin³

¹Universitas Bengkulu, Pendidikan Jasmani, Bengkulu, Indonesia

²Universitas Bengkulu, Pendidikan Jasmani, Bengkulu, Indonesia

³Universitas Negeri Padang, Ilmu Keolahragaan, Padang, Indonesia

yahyaekonopiyanto@unib.ac.id, septianraibowo@unib.ac.id, alimuddin@fik.unp.ac.id

Abstract

The objective of this study is to investigate differences the psychological characteristic of Indonesian SEA Games athletes in terms of team sports based on sex. This research employed the quantitative approach using the survey method with a retrospective causal-comparative design. This research was population research. All subjects in the population were included in this research with a total of 83 athletes while 43 male athletes and 40 female athletes were from team sports. The data were collected using the Psychological Skills Inventory for Sports (PSIS) questionnaire and analyzed using the independent sample t test at the significance level of 0.05. The research findings revealed that there were significant differences in the psychological characteristics of Indonesian SEA Games athletes in terms of team sports based on sex with the mean score of male athletes = 150.1395 and female athletes = 139.3500 and sig. values = 0.000 < 0.05. There were significant differences in the psychological characteristics of Indonesian SEA Games athletes in terms of team sports based on sex.

Keywords: psychological characteristic, sea games athletes, team sports

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menyelidiki perbedaan karakteristik psikologis atlet SEA Games Indonesia dalam hal olahraga tim berdasarkan jenis kelamin. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan metode survei dengan desain kausal-komparatif retrospektif. Penelitian ini adalah penelitian populasi. Semua subjek dalam populasi dilibatkan dalam penelitian ini dengan total 83 atlet sementara 43 atlet pria dan 40 atlet wanita berasal dari olahraga tim. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner Psikologis Inventory for Sports (PSIS) dan dianalisis menggunakan uji t sampel independen pada tingkat signifikansi 0,05. Temuan penelitian mengungkapkan bahwa ada perbedaan yang signifikan dalam karakteristik psikologis atlet SEA Games Indonesia dalam hal olahraga tim berdasarkan jenis kelamin dengan skor rata-rata atlet pria = 150.1395 dan atlet wanita = 139.3500 dan sig. nilai = 0,000 < 0,05. Ada perbedaan yang signifikan dalam karakteristik psikologis atlet SEA Games Indonesia dalam hal olahraga tim berdasarkan jenis kelamin.

Kata kunci: karakteristik psikologis, atlet sea games, olahraga tim



PENDAHULUAN

Indonesia adalah salah satu negara yang aktif berpartisipasi dalam SEA Games. Namun daya saing Indonesia di tingkat Asia Tenggara semakin memburuk. Sejak keikutsertaannya dalam SEA Games IX/1977, Indonesia hampir pasti menjadi juara secara keseluruhan. Namun, sejak SEA Games XX/1999, dominasi Indonesia telah memudar. Thailand telah bergeser posisi Indonesia dan posisi Vietnam yang di SEA Games XXI/2001 dibayangi Indonesia, SEA Games XXII 2003 dan SEA Games XXIII/2005 telah melampaui Indonesia (Maksum, 2007).

Banyak faktor yang mempengaruhi pencapaian Indonesia dalam SEA Games. Para penulis percaya bahwa faktor psikologis atlet Indonesia memiliki peran penting dalam meningkatkan kinerja olahraga. Keberhasilan dan kegagalan pemain dalam olahraga prestasi sebagian besar ditentukan oleh kombinasi dari kemampuan faktor fisik dan mental. Pelatih percaya bahwa tidak kurang dari 50% keberhasilan dalam olahraga ditentukan oleh faktor mental, bahkan untuk olahraga seperti Golf, Tenis, dan sosok skating faktor mental mencapai 80 untuk 90% (Weinberg & Gould, 2011).

Perbedaan utama antara kinerja yang baik dan kinerja yang buruk adalah tingkat keterampilan psikologis pemain (Dosil et al., 2006). Itu tidak berarti bahwa keterampilan psikologis lebih penting daripada fisik, taktik atau teknik. Semua aspek penting dan harus dilakukan secara teratur. Namun, aspek psikologis di Indonesia belum banyak dipelajari dan diteliti sementara aspek fisik atlet telah banyak dipelajari (Gunarsa, 2008).

Pelatih olahraga di Indonesia belum menyadari pentingnya aspek mental ini dalam pengembangan kinerja olahraga. Indikator ini tercermin baik dalam tingkat praktis di lapangan dan di tingkat kebijakan pelatihan olahraga. Sangat jarang, dapat dikatakan bahwa tidak ada pelatih yang secara khusus menerapkan pelatihan keterampilan psikologis untuk atlet mereka (Gunarsa, 2008). Selain itu, kinerja olahraga tidak hanya dipengaruhi oleh atribut fisik tetapi juga faktor psikologis (Brewer, 2009). Karageorghis & Terry (2010:7) menyatakan bahwa "untuk mendapatkan kinerja yang baik dalam olahraga perlu menggabungkan tiga komponen penting yang mendukung prestasi atlet yaitu kondisi fisik untuk kompetisi, tingkat keterampilan, dan kesiapan psikologis untuk bersaing".



Seperti keterampilan fisik, keterampilan psikologis seperti mempertahankan dan memfokuskan perhatian, mengatur tingkat gairah, meningkatkan kepercayaan diri, dan mempertahankan motivasi atlet juga perlu dilatih secara sistematis (Weinberg & Gould, 2011). Lebih lanjut menjelaskan bahwa, keberhasilan dalam olahraga ditentukan oleh kesiapan psikologis untuk bersaing. Tanpa ketangguhan mental, atlet tidak akan siap untuk bersaing dengan baik (Karageorghis & Terry, 2010). Faktor psikologis memiliki peran penting. Dalam lingkup yang lebih spesifik, penulis menyatakan bahwa karakteristik psikologis atlet Indonesia merupakan kata kunci dalam upaya meningkatkan kinerja olahraga. Karakteristik psikologis adalah aspek psikologis yang melekat pada atlet dan mempengaruhi keberhasilan atau penampilan atlet dalam olahraga individu dan tim. Karakteristik psikologis terdiri dari motivasi, kepercayaan diri, kontrol kecemasan, persiapan mental, penekanan tim, dan konsentrasi.

Keberadaan perbedaan mendasar mengenai karakteristik masing-masing olahraga memungkinkan perbedaan karakteristik psikologis atlet. Setiap cabang olahraga memiliki karakteristik yang berbeda, mulai dari kegiatan tubuh bangunan, aturan yang digunakan dalam olahraga dan perilaku atlet yang timbul dari masing-masing cabang olahraga akan membentuk karakteristik yang berbeda (Hermawati, 2014). Perbedaan ini juga karena seks. Faktor utama yang mempengaruhi penampilan terbaik dan rekor dunia adalah seks. (Thibault, 2010). Atlet yang memiliki kinerja terbaik pasti memiliki karakteristik psikologis yang baik. Karakteristik psikologis ini dapat dipengaruhi oleh seks.

Beberapa penelitian menyatakan bahwa ada perbedaan dalam karakteristik psikologis antara atlet pria dan wanita. Atlet pria lebih baik mengendalikan emosi dan relaksasi sementara atlet wanita kurang pandai mengendalikan emosi dan relaksasi (Katsikas, et al., 2009). Atlet pria memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah bila dibandingkan dengan atlet wanita (Parnabas, 2015). Atlet pria memiliki kecemasan yang lebih rendah dan kepercayaan diri yang lebih tinggi bila dibandingkan dengan atlet wanita (Anagnostopoulos, et al., 2015). Atlet pria memiliki motivasi yang lebih tinggi bila dibandingkan dengan atlet wanita (Deaner, et al., 2016).

Hasil penelitian menyimpulkan bahwa karakteristik atlet yang sukses memiliki kepercayaan diri yang tinggi, fokus dan konsentrasi, regulasi gairah yang lebih baik, berpikir positif, tekad, dan komitmen (Williams & Krane di Weinberg & Gould, 2011). Beberapa studi lebih menggambarkan dan menekankan atlet di luar negeri. Sementara

itu, studi tentang karakteristik psikologis atlet SEA Games dan hubungannya dengan prestasi atlet Indonesia sejauh ini belum ada.

Para penulis percaya bahwa ada perbedaan dalam karakteristik psikologis atlet SEA Games dalam hal olahraga tim dan seks. Ini adalah apa yang akan dijelaskan dan mencari kebenaran dalam penelitian ini. Pengetahuan dan pemahaman tentang karakteristik psikologis atlet Indonesia sangat penting untuk diketahui oleh pelatih olahraga untuk membantu atlet untuk dapat melakukan secara optimal pada tanggal 29 SEA Games 2017.

Berdasarkan pengetahuan penulis tidak ada data yang menjelaskan dan menjelaskan karakteristik psikologis atlet permainan Laut Indonesia dalam hal olahraga tim dan seks. Isu mengenai aspek psikologis dan karakteristik psikologis atlet Indonesia perlu dipelajari lebih lanjut agar dapat meningkatkan kinerja olahraga. Aspek psikologis aspek yang sangat penting untuk mengetahui dalam proses mengembangkan dan membina bakat atlet (Morris, 2000). Oleh karena itu penelitian ini berfokus pada atlet Indonesia yang akan berpartisipasi dalam SEA Games ke-29 pada 2017.

METODELOGI PENELITIAN

Penelitian ini digunakan pendekatan kuantitatif menggunakan metode survei dengan desain kausal-komparatif restrospektif atau eks-Post facto (Gay & airasian, 2011). Penelitian dilakukan di Yogyakarta, Jakarta, Bandung, Solo dan Bali dari Februari sampai April 2017. Pengumpulan data dengan menyebarkan kuesioner untuk sampel yang atlet Indonesia yang akan berpartisipasi dalam 29 SEA Games 2017.

Penelitian ini adalah penelitian populasi. Semua mata pelajaran dalam populasi termasuk dalam penelitian ini dengan Total 83 atlet sementara 43 atlet pria dan 40 atlet wanita dari olahraga tim. Tim olahraga terdiri dari Sprint 4x100 meter dan 4x400 meter, ganda Tennis, Polo air, sincronized berenang, seni bela diri, karate kumite, Taekwondo pomsae, ganda Tennis Meja, Bersepeda jalan perlombaan waktu percobaan.

Data dikumpulkan menggunakan kuesioner keterampilan psikologis Inventory for Sports (PSIS) yang dikembangkan oleh Mahoney, Gabriel, & Perkins (1987). Kuesioner mengungkapkan enam aspek psikologis dengan 44 pernyataan item dengan rincian aspek psikologis berikut: (1) motivasi (8 item); (2) kepercayaan diri (8 soal); (3) kontrol kecemasan (8 item); (4) persiapan mental (6 item); (5) penekanan tim (7 item); dan (6) konsentrasi (7 item).



Item pernyataan yang terkandung dalam kuesioner, yang masing-masing memiliki lima pilihan alternatif selalu, sering, kadang, sangat jarang, tidak pernah. Setiap jawaban memiliki penilaian mulai dari yang sangat positif untuk sangat negatif. Berdasarkan uraian tersebut, para penulis menetapkan kategori penilaian sebagai berikut:

a. Pernyataan positif yaitu, selalu = 5, sering = 4, terkadang = 3, sangat jarang = 2, dan tidak pernah = 1.

b. Pernyataan negatif yaitu, selalu = 1, sering = 2, kadang = 3, sangat jarang = 4, dan tidak pernah = 5.

Sebelum menggunakan alat musik, para penulis melakukan langkah sebagai berikut: (1) instrumen diterjemahkan dari bahasa Inggris ke dalam bahasa Indonesia oleh pakar berbahasa Inggris; (2) instrumen diterjemahkan dinilai oleh 3 ahli; dan (3) pemilihan item instrumen menggunakan item Total korelasi yang dikoreksi adalah antara 0,21-0,35; (4) mencari keandalan instrumen dengan norma yang lebih besar dari 0,60; (5) alat musik ini dipiloangkan kepada 76 atlet Yogyakarta yang mendapat medali emas di Pekan Olahraga Nasional XIX 2016 Jawa Barat.

HASIL PENELITIAN

Tes normalitas menggunakan tes Kolmogorov-Smirnov dengan kriteria; Jika SIG. Value $< 0,05$ maka H_0 ditolak, sehingga data berasal dari populasi yang biasanya tidak didistribusikan; Jika SIG. value $> 0,05$ maka H_0 diterima, sehingga data berasal dari populasi distribusi normal. Berdasarkan tabel 1, dapat dilihat bahwa SIG dari 0,987 di mana $0,987 > 0,05$ maka H_0 diterima, sehingga data tim olahraga memiliki populasi distribusi normal.

Table 1. Hasil tes Normalitas

	Team Sports
Mean	144.9398
Standar Deviation	13. 5009
Sig. Value	0.987

Uji varians homogen menggunakan tes Levene dengan kriteria: jika SIG. Value $< 0,05$ maka H_0 ditolak, sehingga data berasal dari populasi yang tidak varians homogen; Jika SIG. value $> 0,05$ maka H_0 diterima, sehingga data memiliki varians

yang homogen. Berdasarkan tabel 2, dapat dilihat bahwa SIG dari 0,958 di mana $0,958 > 0,05$ maka H_0 diterima, sehingga data tim olahraga memiliki varians homogen.

Table 2. Hasil tes Homogenitas

Levene statistic	df1	df2	Sig.
0.003	1	81	0.958

Uji hipotesis menggunakan sampel t Test independen dengan kriteria: jika SIG. Value $< 0,05$ maka H_0 ditolak. Jadi ada perbedaan yang signifikan antara kelompok yang dibandingkan. Berdasarkan Tabel 3, dapat dilihat bahwa nilai $t = 3,948$ dengan SIG. Value = 0,000 dimana $0,000 < 0,05$ kemudian H_0 ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan dalam karakteristik psikologis atlet dalam hal olahraga tim berdasarkan jenis kelamin.

Table 3. Hasil uji independent

Levene's Test				
F	Sig.	T	D f	Sig.2-tailed
0.00 3	.958	3.948	8 1	0.000

Berdasarkan Tabel 3, dapat dilihat bahwa dihitung t Score = 3,948 dengan SIG. Value = 0,000 dimana $0,000 < 0,05$ kemudian H_0 ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pada tingkat yang signifikan 0,05 ada perbedaan yang signifikan dalam karakteristik psikologis atlet SEA Games Indonesia dalam hal olahraga tim berdasarkan jenis kelamin.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya dapat dilihat bahwa atlet wanita memiliki tingkat kebosanan yang lebih tinggi bila dibandingkan dengan atlet pria di berbagai olahraga (Cremades & Matius, 2008). Selain itu, atlet wanita memiliki kemampuan untuk mengatasi kesulitan, tekanan, penetapan tujuan, Motivasi intrinsik dan persiapan mental yang lebih rendah bila dibandingkan dengan atlet pria (Gábor, et al., 2009).

Hasil lain menunjukkan bahwa atlet wanita memiliki kecenderungan untuk menggunakan emosi yang menciptakan lebih banyak stres (Anshe, Porter & Quek di Hoiness, Weathington, & Cotrell, 2008). Sebagai contoh, perempuan lebih cenderung menginternalisasi kecemasan dan terus memutar ulang atau menganalisis kesalahan lebih dari pria. Atlet pria lebih kompetitif dalam persaingan, memiliki tujuan yang jelas, bermain secara kasar dan memahami aturan bermain sementara perempuan kurang kompetitif dalam persaingan (kayu, 2011).

Secara teoritis, pemahaman tentang perbedaan pria dan wanita akan mempengaruhi seseorang untuk merawat pria dan wanita (Paechter di Wellard, 2007). Pada awalnya, seks adalah masalah di dunia olahraga karena hanya laki-laki bisa mengambil bagian dalam acara olahraga. Keberadaan pandangan pada pria dan wanita membuat sulit bagi perempuan untuk memasuki kompetisi di bidang olahraga (LeUnes, 2011).

Partisipasi dalam olahraga cenderung diidentifikasi dengan karakteristik pria seperti kecepatan dan kekuatan, menyebabkan masalah gambar bagi atlet wanita (Knight & Giuliano, 2003). Atlet wanita juga dapat membuang perilaku feminin yang khas untuk wanita setelah mereka mengadopsi perilaku maskulin yang menyertai olahraga mereka. Sementara itu, perubahan pada atlet wanita menyebabkan reaksi negatif dari orang lain dapat memiliki konsekuensi yang merugikan dalam pengobatan atlet wanita (Die & Raye di Hoiness, Weathington & Cotrell, 2008).

Atlet wanita sering menderita banyak peran konflik dalam aspek lain dari kehidupan mereka, termasuk di sekolah, tempat kerja, dan pertemuan sosial yang dapat menyebabkan mengalami tingkat stres yang tinggi (Knight & Giuliano in Hoiness, Weathington dan Cotrell, 2008). Kebanyakan atlet wanita memiliki masalah dengan konflik peran inheren. Lance (2004) menemukan bahwa karena meningkatnya konflik, atlet wanita menunjukkan jumlah yang lebih tinggi dari peran atlet pria yang bertentangan. Konflik juga ditemukan untuk menjadi lebih umum untuk atlet wanita yang berpartisipasi dalam olahraga maskulin tradisional seperti bisbol, sepak bola, sepak bola, hoki, dan basket.

Secara teoritis tim olahraga memiliki masalah yang lebih kompleks. Satu masalah yang sering terjadi dalam sebuah tim adalah komunikasi. Kayu (2011:125) menjelaskan bahwa pria dan wanita tumbuh di lingkungan yang berbeda sehingga mengembangkan gaya komunikasi yang berbeda. Pria menggunakan komunikasi untuk mengembangkan status yang lebih tinggi di antara sesama dengan mencapai

tujuan, berkomunikasi sesuai dengan perintah, bersikap langsung dan tegas, abstrak, dan tidak ada tanggapan emosional. Sedangkan perempuan lebih cenderung menggunakan perasaan emosional dalam komunikasi.

Seperti yang dinyatakan oleh Husdarta (2010:106) "tim olahraga memerlukan penanganan yang lebih kompleks bila dibandingkan dengan olahraga individu". Selain itu, untuk mempersiapkan kemampuan individu, komunikasi dan faktor kolaborasi harus mendapatkan perhatian khusus dalam olahraga tim untuk meningkatkan kinerja tim dalam pertandingan. Sementara itu, Indonesia Sea Games atlet perempuan berasal dari berbagai daerah di Indonesia dengan berbagai karakteristik. Tentu saja tidak mudah untuk membangun sebuah tim dengan berbagai karakteristik psikologis yang dimiliki oleh atlet. Sehingga tidak mengherankan jika hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan dalam karakteristik psikologis atlet SEA Games Indonesia dalam hal olahraga tim berdasarkan jenis kelamin.

KESIMPULAN

Ada perbedaan yang signifikan dalam karakteristik psikologis atlet SEA Games Indonesia dalam hal olahraga tim berdasarkan seks. .

SARAN

Adapun saran yang diberikan untuk penelitian berikutnya dapat mengembangkan penelitian ini dengan karakteristik lain yang dimiliki oleh atlet SEA GAMES.

DAFTAR PUSTAKA

- Anagnostopoulus, V., Carter. & Weissbrod. 2015. Pre-Competition Anxiety and Self-Confidence in Collegiate Track and Field Athletes: A Comparison Between African American and Non-Hispanic Caucasian Men and Women. *The Sport Journal*.
- Brewer, B. 2009. *Sport Psychology*. USA: Wiley-Blackwell.
- Cremades, J. G., & Wiggins, M. S. 2008. Direction and Intensity of Trait Anxiety As Predictors of Burnout Among Collegiate Athletes. *Athletic Insight: The Online Journal of Sport Psychology*, 10 (2).
- Deaner, R.O., Balish, SM., & Lombardo MP. 2016. Sex differences in sports interest and motivation: An evolutionary perspective. *American Psychological Association*. 10, 2, 73-97.
- Dosil, J. 2006. *The Sport Psychologist's Handbook a Guide for Sport-Specific Performance Enhancement*. England: Jhon Wiley & Sons.
- Gábor, G., Géza, V., Miklós, K., & József, B. 2009. Elite young team players' coping, motivation and perceived climate measures. *Physical Culture and Sport. Studies and Research*, 46 (1), 229-242.
- Gay,. LR & Airasian, P. 2011. *Educational Research Competencies for Analysis and Applications*. Pearson.



- Gunarsa, S.D. 2008. *Psikologi Olahraga Prestasi*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Hermawati, L.R. 2014. *Profil Perilaku Sosial Atlet Cabang Olahraga Beladiri, Cabang Olahraga Permainan, dan Cabang Olahraga Konsentrasi*. Bandung: FPOK UPI.
- Hoiness, RA., Weathington LB., & Cotrell, LA. 2008. Perceptions of Female Athletes Based on Observer Characteristics. *Athletics Insight. The Online Journal of Sport Psychology*.
- Husdarta. 2010. *Psikologi Olahraga*. Bandung: Alfabeta.
- Karageorghis, C & Terry, P. (2010). *Inside Sport Psychology*. US: Human Kinetics.
- Katsikas, C., Argaeti, P., & Smirniotou, A. 2009. Performance Strategies of Greek Track and Field Athletes: Gender and Level Differences. *Biology of Exercise*. 5.1.
- Knight, J. L., & Giuliano, T. A. 2003. Blood, Sweat, and Jeers: The Impact of The Media's Heterosexist Portrayals on Perceptions of Male and Female Athletes. *Journal of Sport Behavior*, 26, 272-285.
- Lance, L. M. 2004. Gender Differences in Perceived Role Conflict Among University Students. *College Student Journal*, 38, 179-191.
- LeUnes, A. 2011. *Sport Psychology*. UK. Icon Books.
- Mahoney, M.J., Gabriel, T.J., & Perkins, T.S. 1987. Psychological Skills and Exceptional Athletic Performance. *The Sport Psychologist*, 1, 181-199.
- Maksum, A. 2007. Kualitas Pribadi Atlet: Kunci Keberhasilan Meraih Prestasi. *Research Gate*.
- Morris, T. 2000. Psychological Characteristics and Talent Identification in Soccer. *Journal of Sports Sciences*, 18, 715-726.
- Parnabas, V. 2015. Identifying the Gender Differences on The Level of Competitive State Anxiety and Sport Performance Among Track and Field Athletes. *The International Journal of Indian Psychology*, 2.
- Thibault, V. 2010. Women and Men in Sport Performance: The Gender Gap has not Evolved Since 1983. *Journal of Sports Science and Medicine*. 9, 214-223.
- Weinberg, R.S & Gould, D. 2011. *Foundation of Sport and Exercise Psychology*. Champaign, IL. Human Kinetics.
- Wellard, I. 2007. *Re-rithinking Gender and Youth Sport*. London and New York: Routledge.
- Wood, J.T. 2011. *Genderd Lives: Communication, Gender, and Culture*. Boston, MA: Wadsworth Cenage Learning.