

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI ATLET TERHADAP EMPATI  
PELATIH DENGAN KECEMASAN BERTANDING PADA ATLET  
PERSAUDARAAN KEMPO INDONESIA (PERKEMI) KOTA  
SURAKARTA**



**Disusun Oleh :**

**I FOURIR SUBAHAGIA ARTA  
06070105 K**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS SETIA BUDI  
SURAKARTA**

**2013**

**HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI ATLET TERHADAP EMPATI  
PELATIH DENGAN KECEMASAN BERTANDING PADA ATLET  
PERSAUDARAAN KEMPO INDONESIA (PERKEMI) KOTA  
SURAKARTA**

**Skripsi**



Diajukan Kepada Fakultas Psikologi  
Universitas Setia Budi Untuk memenuhi  
Sebagai dari syarat-syarat Guna Memperoleh

Gelar Sarjana Psikologi

**I FOURIR SUBAHAGIA ARTA  
06070105 K**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS SETIA BUDI  
SURAKARTA**

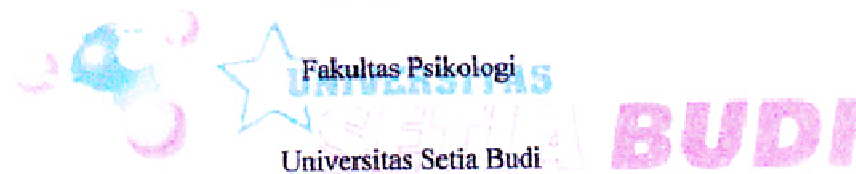
**2013**

Di pertahankan di depan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi  
dan diterima untuk memenuhi sebagian dari syarat-syarat Guna memperoleh  
Gelar Sarjana Psikologi

Pada Tanggal

07 MAY 2013

Mengesahkan



  
Pjs. Dekan  
Yustinus Joko D.N S.Psi, M.Psi.

Panitia Penguji

1. Drs. Hadi Sutarmanto, MS
2. Dra. Endang Widyastuti, M.A
3. Yustinus Joko D.N S.Psi, M.Psi

Tanda Tangan

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Karya sederhana ini kupersembahkan untuk :

Tuhan Yesus Kristus Juru Selamatku, Bapaku, Sahabatku, Guru, Pelindungku,  
segala-galanya bagiku

Orang tuaku tercinta, Djoko Susilo dan Ibunda Yulia Eni Sumarti yang  
merawatku dengan penuh kasih sayang dan ketulusan

Kakakku Ika Dewi Susilowati dan Ita Nia Susilowati yang sangat kucintai dan  
kusayangi

Mega Ayu Anggraini yang selalu ada dan selalu terus memberikan semangat

Sahabat-sahabatku yang luar biasa

Teman-teman mahasiswa Fakultas Psikologi USB yang sangat kusayangi serta  
dosen-dosen yang kucintai dan kasihi yang selalu memberikan semangat dan  
bimbingan dalam penyelesaian Skripsi ini.

## MOTTO

Aku katakan “ di dalam Kristus”, karena di dalam Dialah kami diberi warisan – kita yang dari semula sudah dipilih-Nya sesuai dengan maksud Allah, yang mengerjakan segala sesuatu menurut keputusan kehendakNya

(Efesus 1 : 11)

Diberkatilah orang yang mengandalkan Tuhan...  
ia akan seperti pohon yang ditanam di tepi air,  
yang merambatkan akar-akarnya ke tepi batang air,  
dan yang tidak mengalami datangnya panas terik,  
yang daunnya tetap hijau.  
Yang tidak kuatir dalam tahun kering,  
Dan yang tidak berhenti menghasilkan buah.

(Matius 21 : 22)

Jangan biarkan situasi mengkondisikan kita,  
tapi kitalah yang mengkondisikan situasi

(Penulis)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yesus Kristus, hanya oleh kasih dan anugerahNya penulis bisa menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan baik.

Ada begitu banyak dukungan yang diberikan kepada penulis baik dari pihak akademisi, keluarga, maupun sahabat. Penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses penyusunan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat menjadi berkat bagi orang lain.

Secara khusus penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Winarso Soeryolegowo, SH., M. Pd. Selaku Rektor Universitas Setia Budi.
2. Ketua PERKEMI Surakarta yang sudah memberikan ijin untuk mengadakan penelitian sehingga ini dapat diselesaikan.
3. Atlet-atlet PERKEMI Kota Surakarta yang sudah menyediakan waktu untuk membantu dalam penelitian.
4. Yustinus Joko D.N S.Psi, M.Psi., selaku Pjs. Dekan Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi.
5. Drs. Hadi Sutarmanto, MS Selaku pembimbing utama yang telah memberikan bimbingan, dorongan dari awal hingga akhir penyusunan skripsi ini.
6. Dra. Endang Widyastuti, M.A. selaku dosen pembimbing pendamping yang telah memberikan bimbingan, arahan serta dukungan dan masukkan kepada penulis.
7. Rosita Yuniati, S.Psi., M.Psi., Nuke Martiarini, S.Psi. MA., Isitiana Kuswardani, Psi, MA dan Sujoko S.Psi. S.PdI., M.Si. selaku dosen yang telah

memberikan bimbingan dan arahan dalam menempuh studi di Fakultas Psikologi USB Surakarta.

8. Suyanto, SE yang secara langsung tidak langsung memberikan bantuan dalam proses administrasi dan kelancaran skripsi
9. Keluargaku tercinta, ayahanda Djoko Susilo, ibunda Yulia Eni Sumarti, kakakku Ika Dewi Susilowati dan Ita Nia Susilowati yang telah memberikan seluruh waktunya untuk kehidupan penulis.
10. Sahabatku Mega Ayu Anggarini, Sukoco, Ade Yanita Febrilia, Iyenk Lavidia , Agung Darmawan, Nabela Jonez, Karmini, Dwi Nurjanah, Cristin Kurnianingsih yang selalu menemani dan mewarnai hari-hariku.
11. Teman-temanku di USB Fakultas Psikologi, Adit, Is, Meika, Evol, Yani, Pida, Dina, Ratih, Adi kenyot, Marco, Nina, Ana terima kasih atas kebersamaannya, bantuan dan dukungannya selama ini.
12. Pelatihku kempo Drs. Zulkifli Nasution yang telah melatihku untuk menjadi pribadi yang kuat dan mempunyai jiwa *bushido*.
13. Teman-temanku di kempo kota Surakarta, Kesa, Halim, Adek, Yunas dan Alan terima kasih atas dukungannya dan perjuangan bersama-sama selama ini.
14. Semua pihak yang telah memberikan bantuan baik moril maupun materil hingga terselesainya skripsi ini.

Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat diterima dan tidak mengecewakan bagi pembacanya. Tidak ada kata-kata yang dapat penulis ungkapkan kecuali sebuah harapan, semoga skripsi ini bermanfaat.

Surakarta, Maret 2013

Penulis

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	iii
MOTTO .....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
DAFTAR ISI .....	vii
DAFTAR TABEL .....	x
DAFTAR LAMPIRAN .....	xi
ABSTRAK .....	xii
<i>ABSTRACT</i> .....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	8
A. Kecemasan Bertanding .....	8
1. Pengertian Kecemasan Bertanding .....	8
2. Aspek - aspek Kecemasan Bertanding.....	13
3. Faktor - faktor Kecemasan Bertanding .....	16
B. Persepsi Atlet Terhadap Empati Pelatih .....	17
1. Pengertian Persepsi.....	17
2. Pengertian Empati.....	18



3. Aspek - aspek Empati .....	19
4. Persepsi Atlet Terhadap Empati Pelatih .....	23
C. <i>Shorinji Kempo</i> .....	24
D. Hubungan antara Persepsi Empati Pelatih Terhadap Kecemasan Bertanding pada olahraga Shorinji Kempo Kota Surakarta.....	25
E. Hipotesis .....	27
BAB III METODE PENELITIAN .....	28
A. Identifikasi Variabel-Variabel Penelitian .....	28
B. Definisi Operasional Variabel-Variabel Penelitian.....	28
C. Subjek Penelitian.....	29
D. Metode dan Pengumpulan data .....	30
1. Kecemasan Bertanding .....	30
2. Skala Persepsi Atlet Terhadap Empati Pelatih.....	31
E. Validitas dan Reliabilitas .....	32
1. Validitas .....	32
2. Reliabilitas.....	33
F. Metode Analisis Data .....	34
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	35
A. Persiapan Penelitian.....	35
1. Orientasi Kancah Penelitian.....	35
2. Proses Perijinan.....	36
3. Persiapan Alat Ukur.....	36
B. Pelaksanaan Penelitian.....	41
1. Proses Perijinan .....	48
2. Persiapan Alat Ukur.....	48

3. Uji Coba Alat Ukur.....	49
4. Hasil Uji Coba Alat Ukur.....	50
C. Hasil Penelitian .....	41
1. Deskripsi Subjek Penelitian .....	41
2. Deskripsi Data Penelitian.....	43
3. Uji Asumsi.....	46
4. Uji Hipotesis.....	47
D. Pembahasan.....	47
BAB V PENUTUP .....	54
A. Kesimpulan .....	54
B. Saran .....	54

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel 1. <i>Blue print</i> Skala Kecemasan Bertanding sebelum uji coba.....	31
Tabel 2. <i>Blue print</i> Skala Persepsi Atlet terhadap Empati Pelatih sebelum uji coba .....	32
Tabel 3. <i>Blue Print</i> Skala Kecemasan Bertanding Sebelum uji coba.....	38
Tabel 4. <i>Blue Print</i> Skala Kecemasan Bertanding Setelah uji coba.....	39
Tabel 5. <i>Blue Print</i> Skala Persepsi Atlet terhadap Empati Pelatih Sebelum uji coba .....	40
Tabel 6. <i>Blue Print</i> Skala Persepsi Atlet terhadap Empati Pelatih Setelah uji coba .....	40
Tabel 7. Distribusi Subjek Penelitian berdasarkan jenis kelamin .....	41
Tabel 8. Distribusi Subjek Penelitian berdasarkan usia.....	42
Tabel 9. Distribusi Subjek Penelitian berdasarkan tingkatan.....	42
Tabel 10. Distribusi Subjek Penelitian berdasarkan banyaknya mengikuti kejuaraan.....	43
Tabel 11. Perbandingan Data Empirik dan Data Hipotetik.....	43
Tabel 12. Norma Kategori Skor Subjek.....	44
Tabel 13. Deskripsi Kategorisasi Variabel Penelitian .....	45

## DAFTAR LAMPIRAN

	<b>Halaman</b>
Lampiran 1. Skala <i>try out</i> .....	59
Lampiran 2. Tabulasi <i>try out</i> .....	69
Lampiran 3. Validitas dan Reliabilitas .....	73
Lampiran 4. Skala Penelitian .....	76
Lampiran 5. Tabulasi penelitian .....	85
Lampiran 6. Deskripsi Data Empirik Uji Asumsi.....	89
Lampiran 7. Uji Hipotesis .....	91
Lampiran 8. Uji Perbedaan .....	92

**HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI ATLET TERHADAP EMPATI  
PELATIH DENGAN KECEMASAN BERTANDING PADA ATLET  
PERSAUDARAAN KEMPO INDONESIA (PERKEMI) KOTA  
SURAKARTA**

**Oleh : I Fourir Subahagia Arta**

**06070105 K**

**Intisari**

Kecemasan bertanding merupakan faktor yang penting dalam pembinaan atlet. Ketika atlet dihindangi kecemasan yang tinggi maka strategi, taktik, dan teknik yang telah dipersiapkan menjadi tidak efektif untuk menghasilkan penampilan yang baik. Empati pelatih merupakan hal yang dibutuhkan oleh atlet dalam menekan kecemasan bertandingnya. Dengan adanya empati pelatih maka atlet merasa lebih tenang dan percaya diri untuk bertanding karena merasa didukung dan dipercaya oleh pelatihnya bahwa dirinya mampu. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara persepsi atlet terhadap empati pelatih dengan kecemasan bertanding pada atlet persaudaraan Kempo Indonesia (PERKEMI) Kota Surakarta. Hipotesis yang diajukan yaitu ada hubungan negatif antara persepsi atlet terhadap empati pelatih dengan kecemasan bertanding. Subjek penelitian ini adalah 51 atlet PERKEMI Kota Surakarta. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala persepsi atlet terhadap empati pelatih dan skala kecemasan bertanding.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh koefisien korelasi ( $r = -0.671$  ;  $p = 0.000$  ( $p < 0.01$ ), artinya ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara persepsi atlet terhadap empati pelatih dengan kecemasan bertanding. Uji perbedaan terhadap variabel kecemasan bertanding pada subjek berdasarkan jenis kelamin diperoleh  $t = 0.896$ ;  $p = 0.375$  ( $p > 0.05$ ), sedangkan berdasarkan tingkatan diperoleh  $t = -1.874$ ;  $p = 0.67$  ( $p > 0.05$ ). Uji perbedaan terhadap variabel persepsi atlet terhadap empati pelatih pada subjek berdasarkan jenis kelamin diperoleh  $t = -1.543$ ;  $p = 0.129$  ( $p > 0.05$ ), sedangkan berdasarkan tingkatan diperoleh  $t = 2.286$ ;  $p = 0.027$  ( $p < 0.05$ ). Empati pelatih memberikan sumbangan efektif 45% terhadap kecemasan bertanding. Angka ini menunjukkan bahwa kecemasan bertanding dipengaruhi oleh variabel lain sebanyak 55%.

Kata Kunci : persepsi atlet terhadap empati pelatih, kecemasan bertanding, kempo

# **THE CORELATION OF THE INDONESIAN KEMPO BROTHERHOOD (PERKEMI) SURAKARTA ATHLETS' PERCEPTION TOWARDS THE COACH'S EMPHATY WITH THEIR COMPETITION ANXIETY**

**By : I Fourir Subahagia Arta**

**06070105 K**

## **Abstract**

Competition anxiety is the dominant factor in athlete's motivation building. When an athlete has a high anxiety, the strategy, tactics and technical for motivating him is not effective to encourage his best performance. The coach's empathy in this case is likely needed more to sweep away the athlete's anxiety. By such kind of empathy the athlete will get his believe and self confidence as he feels to be supported and trusted by his coach. This research aims to know the relationship between the athlete's perceptions towards the coach empathy with his anxiety when he is facing competition in THE INDONESIAN KEMPO BROTHERHOOD (PERKEMI) SURAKARTA. The Hypothesis that is offered in this research is negative corelation between the athlete's perceptions towards the coach's empathy with the competition anxiety. The subject of this research is 51 PERKEMI Surakarta's athletes. The measurement which is used in this research is the athletes' perception scale towards the coach's empathy, and the scale of competition anxiety.

The result of the research shows that the correlation coefficient is  $(r) = -0.671$ ;  $p = 0.000$  ( $p < 0.01$ , meaning there is negative corelation which is very significant between the athletes' perception towards the coach's empathy with the competition anxiety. The test for the different variable of the athletes' competition anxiety based on different gender is  $t = 0.896$ ;  $p = 0.375$  ( $p > 0.05$ ). Test for the different variable of the athletes' perception towards the coach's empathy based on different gender is  $t = -1.543$ ;  $p = 0.129$  ( $p > 0.05$ ), while based on different level is  $t = 2.286$ ;  $p = 0.027$  ( $p < 0.05$ ). The coach's empathy gives effective support 45% towards anxiety. This number shows that 55% of the competition anxiety influenced by another variable.

Key word : the athletes' perception towards the coach, competition anxiety, kempo

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Olahraga sebagai salah satu unsur yang berpengaruh dalam kehidupan manusia, yang telah ikut berperan serta dalam mengharumkan nama daerah dan bangsa baik melalui kompetisi tingkat nasional maupun internasional. Setiap bangsa di seluruh dunia berlomba-lomba menciptakan prestasi dalam kegiatan olahraga, karena prestasi olahraga yang baik akan meningkatkan citra kota di tingkat provinsinya, citra provinsi di tingkat nasional bahkan citra bangsa di tingkat dunia internasional. Tahun 2011 adalah tahun momentum kebangkitan olahraga Indonesia, karena pada tahun 2011 Indonesia mengukirkan prestasi sebagai juara umum SEA Games XXVI di Palembang dan Jakarta. Selain faktor tuan rumah, faktor cabang olahraga menguntungkan juga salah satu penyebabnya, salah satu cabang olahraga tersebut adalah Shorinji kempo. Pada gelaran SEA Games XXVI lalu, Shorinji kempo berhasil menyumbangkan 6 emas 7 perak dan 1 perunggu. Hal ini dikarenakan cabang olahraga tersebut sudah lama berkembang di Indonesia daripada Negara-negara ASEAN lainnya. Ini dapat terlihat pada kejuaraan dunia shorinji kempo di Bali pada tahun 2010, saat itu Indonesia menjadi juara umum dan berhasil mengalahkan Jepang yang berada di urutan kedua, padahal olahraga tersebut berasal dari Negara Jepang.

Pada kejuaraan-kejuaraan di tingkat Jawa Tengah, prestasi PERKEMI Surakarta berada di bawah PERKEMI kota lainnya. Hal ini dapat terlihat pada kejuaraan PORPROV 2009 dan hasilnya posisi pertama diduduki oleh PERKEMI Banyumas, posisi kedua diduduki oleh PERKEMI Semarang dan PERKEMI

Surakarta harus puas menempati posisi ketiga. Dan pada kejuaraan daerah di Kudus pada tahun 2011 posisi pertama hingga ketiga masih sama.

Prestasi olahraga sangat ditentukan oleh penampilan (*performance*) atlet dalam suatu kompetisi. Harsono (dalam Gunarsa, 1996) mengungkapkan bahwa penampilan puncak seorang atlet 80% dipengaruhi oleh aspek mental dan hanya 20% oleh aspek yang lainnya, sehingga aspek mental ini harus dikelola dengan sengaja, sistematis dan berencana. Akan tetapi, di Indonesia aspek psikologis belum banyak dipelajari dan diteliti sedangkan aspek fisik atlet telah banyak dipelajari.

Fokus pembinaan aspek mental pertandingan tergantung pada ciri khas olahraga. Olahraga tersebut dikelompokkan ke dalam olahraga individual atau tim (Gunarsa, 1986). Kecemasan bertanding akan lebih tinggi pada atlet muda dalam olahraga individual dibandingkan dengan olahraga tim dan lebih tinggi pada olahraga individual kontak dibandingkan dengan olahraga individual non kontak (Simon dan Marten dalam Hardy, 1999). Kemudian Warren dan Johnson (dalam Wirawan, 1999) mengemukakan bahwa luapan emosi yang kuat sebelum pertandingan dalam bentuk rasa cemas merupakan faktor yang kuat dan sesuatu yang penting dan serius dalam gulat.

Shorinji kempo merupakan olahraga individual kontak seperti halnya dengan olahraga gulat. Dalam pembinaan olahraga individual kontak aspek psikologis sangat penting untuk memperhatikan aspek emosinya, terutama masalah kecemasan dalam menghadapi pertandingan. Kecemasan yang harus ada sebelum bertanding adalah kecemasan dalam batas normal. Kecemasan dalam batas normal merupakan suatu kesiapan mental atlet untuk menghadapi pertandingan. Apabila atlet dihindangi rasa cemas yang tinggi dalam menghadapi



pertandingan maka strategi, taktik, dan teknik yang telah dipersiapkan menjadi tidak efektif untuk menghasilkan suatu penampilan yang baik.

Berdasarkan wawancara pada tanggal 19 Februari 2012 dengan Nasution selaku koordinator tim pelatih shorinji kempo PON Jateng diperoleh sebuah keterangan tentang pengalamannya selama menjadi pelatih maupun atlet. Nasution menjelaskan bahwa atlet shorinji kempo sering kali dihindangi ketegangan dan kecemasan sebelum bertanding. Hal ini menunjukkan bahwa kecemasan bertanding merupakan aspek yang perlu diperhatikan dalam pembinaan mental atlet. Lebih lanjut Nasution mengemukakan pengalamannya saat menjadi atlet. Saat akan memasuki arena pertandingan narasumber merasakan jantung deg-degan, membayangkan lawan yang akan dihadapi dan membayangkan bagaimana hasil yang akan diperoleh. Hal yang paling ditakutkannya dalam bertanding adalah cedera fisik, karena kempo adalah olahraga *full body contact* yang rentan akan cedera fisik. Narasumber juga mengatakan bahwa dia juga melihat gejala-gejala yang serupa pada atletnya. Beberapa hari saat sebelum pertandingan banyak atletnya yang merasa cemas karena mengira-ngira siapa lawan yang akan dihadapi dalam pertandingan. Pada tanggal 6 Juni 2012 saat wawancara dengan Pratama yang merupakan salah satu atlet kempo, dia mengungkapkan bahwa dirinya merasa cemas dan tidak bisa tidur dengan nyenyak karena belum mengetahui siapa lawan yang akan dihadapinya dalam pertandingan.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa kecemasan dalam menghadapi pertandingan merupakan faktor yang penting untuk menjadi perhatian yang lebih dalam melakukan pembinaan atlet, terutama pada atlet shorinji kempo. Tingkat kecemasan bertanding atlet penting untuk diperhatikan.

Ketika atlet dihindangi dengan kecemasan yang tinggi maka strategi, taktik, dan teknik yang telah dipersiapkan menjadi tidak efektif untuk menghasilkan suatu penampilan yang baik. Hal ini akan berpengaruh terhadap penampilannya (*performance*).

Tidak dapat dipungkiri lagi bahwa situasi pertandingan merupakan tekanan yang besar bagi atlet. Bagi seorang atlet tim prestasi, pertandingan atau kompetisi olahraga merupakan situasi yang membangkitkan kecenderungan kompetitif, tetapi di lain pihak juga membangkitkan motif untuk menghindari kegagalan yang dicerminkan melalui rasa cemasnya menghadapi pertandingan atau kecemasan bertanding (Sudradjat, 1995).

Selanjutnya, Juliantine (2010) menjelaskan bahwa pelatih sangat penting dalam meyakinkan kemampuan yang dimiliki atlet asuhannya. Hal tersebut dapat dilakukan dengan cara mengingatkan kembali prestasi-prestasi yang lalu agar menambah motivasi pada diri atlet. Selain itu pelatih dapat memberi dorongan semangat saat atlet asuhannya mengalami kecemasan sesaat sebelum bertanding. Dukungan dan dorongan pelatih dapat membuat atlet merasa lebih tenang dan percaya diri untuk bertanding karena atlet merasa didukung dan dipercaya oleh pelatihnya bahwa dirinya bisa.

Situasi yang menekan dan mengancam bisa membuat atlet merasa cemas yang berlebihan. Tekanan dan ancaman bisa berasal dari pelatih yang meminta atlet harus memenangkan pertandingan dan juga bisa berasal dari lawan pertandingan yang dianggap superior. Hal ini terjadi pada atlet Indonesia dalam Asian Games XVI tahun 2010 di Guangzhou Cina. Rita Subowo selaku ketua umum KONI mengungkapkan tingkat kecemasan atlet Indonesia yang begitu

tinggi menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi tidak tercapainya prediksi raihan medali emas Syarif (2012).

Terkait situasi di atas, prestasi seorang atlet tidak hanya menjadi tanggung jawab atlet saja melainkan ada peran pelatih juga. Pelatih dalam olahraga dapat mempunyai fungsi sebagai pembuat atau pelaksana program latihan, sebagai motivator, konselor, evaluator dan yang bertanggung jawab terhadap segala hal yang berhubungan dengan kepelatihan tersebut. Dalam mengisi peran pelatih, seseorang harus melibatkan diri secara total dengan atlet asuhannya. Artinya seorang pelatih bukan hanya mengurus masalah atau hal-hal yang berhubungan dengan olahraganya saja, tetapi pelatih juga harus dapat berperan sebagai teman, guru, orangtua, konselor, bahkan psikolog bagi atlet asuhannya. Keterlibatan yang mendalam antara pelatih dengan atlet asuhannya harus dilandasi oleh adanya empati dari pelatih terhadap atletnya tersebut. Empati ini merupakan kemampuan pelatih untuk dapat menghayati perasaan atau keadaan atletnya, yang berarti pelatih dapat mengerti atletnya secara total tanpa dia sendiri kehilangan identitas pribadinya. Untuk mengerti keadaan atlet dapat diperoleh dengan mengetahui atau mengenal hal-hal penting yang ada pada atlet yang bersangkutan. Pengetahuan sekedarnya saja tidak cukup bagi pelatih untuk mengetahui keadaan psikologi atletnya. Dasar dan sikap mau memahami keadaan psikologi atletnya adalah pengertian pelatih bahwa setiap orang memiliki sifat-sifat khusus yang memerlukan penanganan khusus pula dalam hubungan dengan pengembangan potensinya (<http://badmintonea.web44.net>).

Namun pada kenyataannya pelatih cenderung menginginkan atlet yang dilatihnya untuk memenangkan pertandingan tanpa memikirkan bagaimana kecemasan yang dirasakan oleh atlet. Berdasarkan wawancara pada tanggal 28

Juni 2012 dengan Yunas yang merupakan salah satu atlet kempo, dia mengungkapkan bahwa dirinya merasa cemas sesaat sebelum pertandingan. Yunas merasa takut kalah karena tuntutan pelatih yang mengharuskan memenangkan pertandingan. Apabila kalah maka dia akan dimarahi oleh pelatihnya.

Atlet yang mengalami kecemasan bertanding yang berlebihan membutuhkan empati dari pelatihnya. Empati tersebut dapat berupa menempatkan diri sama dengan yang dialami oleh atletnya dan memberi dorongan semangat saat atlet asuhannya mengalami kecemasan sesaat sebelum bertanding. Bentuk empati tersebut harus benar-benar dapat diterima dan dirasakan oleh atlet. Pelatih harus memahami apakah atletnya sudah benar-benar merasakan adanya empati darinya. Stimulus yang berupa empati tersebut belum tentu dipersepsi oleh atlet sesuai dengan maksud pelatihnya. Atlet dapat mempersepsikan secara lain, hal ini dapat terjadi karena persepsi merupakan hal yang cukup subjektif. Dalam hal ini atlet harus benar-benar merasakan bahwa dirinya mendapat empati dari pelatihnya saat mengalami kecemasan yang berlebihan saat bertanding. Dengan adanya hal tersebut maka atlet merasa lebih tenang dan percaya diri untuk bertanding karena atlet merasa didukung dan dipercaya oleh pelatihnya bahwa dirinya bisa.

Bertitik tolak dari uraian tersebut maka penulis ingin mengetahui sejauh mana hubungan antara persepsi atlet terhadap empati pelatih dengan kecemasan bertanding pada atlet Persaudaraan Kempo Indonesia (PERKEMI) Kota Surakarta.

## **B. Perumusan Masalah**

Adapun perumusan masalah pada penelitian ini adalah :

Apakah ada hubungan antara persepsi terhadap empati pelatih dengan kecemasan bertanding pada atlet Persaudaraan Kempo Indonesia (PERKEMI) Kota Surakarta?

### **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara persepsi terhadap empati pelatih dengan kecemasan bertanding pada atlet Persaudaraan Kempo Indonesia (PERKEMI) Kota Surakarta.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### 1. Manfaat teoritis

Diharapkan dapat memberikan sumbangan yang berarti bagi perkembangan psikologi olahraga.

#### 2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan tentang pentingnya empati pelatih, memberi informasi bagi dunia olahraga dalam menangani kecemasan bertanding agar memperoleh hasil yang maksimal dan memberi informasi kepada atlet dalam mengatasi kecemasan bertanding.