

HUBUNGAN ANTARA KECEMASAN DAN AGRESIVITAS DENGAN PRESTASI OLAHRAGA BELADIRI TARUNG DERAJAT PADA ATLET PETARUNG PUTRA

Bangun Setia Hasibuan¹, Indra Kasih²
^{1,2} Universitas Negeri Medan

Jalan Willem Iskandar, Pasar V Medan Estate, Sumatera Utara, Indonesia
indra@gmail.com

Abstract

The objective of research is to find out: 1) the relationship between anxiety and Tarung Derajat self-defense sport achievement in the male fighting athletes, 2) the relationship between aggressiveness and Tarung Derajat self-defense sport achievement in the male fighting athletes, and 3) the relationship between anxiety and aggressiveness, and Tarung Derajat self-defense sport achievement simultaneously in the male fighting athletes. The research method employed was a correlational descriptive method using product moment correlational statistical analysis and a multiple linear regression. The population taken from all male fighting athletes from 20 Branches Administrator of Tarung Derajat participating in the XI Provincial Sport Week – Aceh, 2010, consisting of 180 athletes. The sample employed was the male fighting athletes competing in the 49kg-lower consisting of 20 athletes determined using the purposive sampling. Technique of collecting data employed in this research was derived from the questionnaire completion, the variables of which are anxiety measured using the Taylor Manifest Anxiety Scale (TMAS) and aggressiveness measured using the aggressive behavior assessment instrument. Considering the result of research and the result of data analysis that has been conducted, it can be concluded as follows: 1) there are negativity relationship which significant between anxiety and Tarung Derajat self-defense sport achievement in the male fighting athletes. 2) there are positive relationship wich significant between aggressiveness and Tarung Derajat self-defense sport achievement in the male fighting athletes. 3) there are positive relationship wich significant between anxiety and aggressiveness, and Tarung Derajat self-defense sport achievement simultaneously in the male fighting athletes

Keywords: Anxiety, Aggressiveness, Tarung Derajat

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kecemasan dan Derajat pertahanan diri prestasi olahraga atlet laki-laki, hubungan antara agresivitas dan Tarung Derajat prestasi olahraga pada atlet. Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif korelasional menggunakan product moment analisis statistik korelasional dan regresi linier berganda. Populasi diambil dari seluruh atlet laki-laki 20 Cabang dari Tarung Derajat berpartisipasi dalam Pekan Olahraga XI Provinsi - Aceh 2010, yang terdiri dari 180 atlet. Sampel yang digunakan adalah atlet laki-laki bersaing di 49kg-rendah yang terdiri dari 20 atlet ditentukan dengan menggunakan purposive sampling. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini berasal dari penyelesaian kuesioner, variabel yang kecemasan diukur dengan menggunakan (TMAS) dan agresivitas diukur menggunakan agresif instrumen penilaian perilaku (Modified Buss & Perry, 1992). Mengingat hasil penelitian dan hasil analisis data yang telah dilakukan, dapat disimpulkan sebagai berikut ada hubungan negatif yang signifikan antara kecemasan dan Tarung Derajat pertahanan diri prestasi olahraga pada pria atlet. ada hubungan signifikan antara agresivitas dan Tarung Derajat prestasi olahraga dalam pertempuran athletes. ada hubungan signifikan antara kecemasan dan agresivitas, dan Tarung Derajat prestasi olahraga bela diri secara bersamaan laki-laki atlet.

Kata kunci: Kecemasan, Agresivitas, Tarung Derajat

Pendahuluan

Untuk dapat melahirkan seorang atlet yang berprestasi tidak hanya berdasarkan

pada segi teknis semata, namun faktor non teknis seperti aspek mental atau kejiwaan seperti motivasi, rasa percaya diri, faktor

emosional serta kepribadian sang atlet sangat berpengaruh. Aspek kepribadian seorang atlet seperti sikap kedewasaan, motivasi dalam berlatih, semangat bertanding, sikap pantang menyerah, percaya diri, keseimbangan emosi dan yang paling penting jiwa sportifitas.

Dalam dunia olahraga khususnya bagi atlet, dari hasil pada analisis setiap laporan (Singer,1986) selalu menyarankan emosi yang ideal bagi atlet, tetapi telah diketahui bahwa para atlet mempunyai sifat yang berbeda. Mereka yang ekstrim adalah yang sangat rendah tingkat emosinya dan sangat tinggi tingkat emosinya.

Olahraga bukanlah semata-mata mengolahraga tetapi kegiatan itu melibatkan pula aspek lain, yaitu mental atau aspek psikis. Memang kenyataan yang terlihat dalam aktivitas olahraga adalah gerakan bagian-bagian tubuh manusia, namun gerakan-gerakan tersebut dipandang sebagai proses pengolahan tubuh menuju kualitas yang diinginkan.

Hubungan jiwa raga itu timbal balik, masing-masing saling mempengaruhi. Kedua aspek tersebut tak terpisahkan satu dari yang lain. Hubungan timbal balik psiko-fisik itu demikian erat, sehingga bila ada gangguan pada salah satu aspek, maka aspek yang lain akan terganggu juga.

Penampilan atlet dalam permainan atau pertandingan, tidak dapat dilepaskan dari tingkah laku dan aspek psikis yang mendasarinya. Kondisi fisik yang meliputi kekuatan dan kelentukan oto-otot, struktur anatomis-fsiologis, keterampilan tehnik adalah faktor yang mempengaruhi penampilan dan sekaligus prestasi atlet. Namun kondisi fisik itu saja tidak cukup, karena harus ada yang mengemudikan, mengarahkan, sehingga penampilannya merupakan perpaduan antara berbagai faktor, dimana faktor psikis acapkali berperan besar.

Lapangan olahraga senantiasa penuh dengan kecemasan dan agresivitas serta konflik-konflik penuh dengan ketakutan-ketakutan dan kontrol-kontrol mental. Bagi atlet keadaan semacam ini justru dapat menjadi suatu tantangan untuk menguji kemampuan diri, namun tidak sedikit pula yang mengalami hal yang sebaliknya, atlet menjadi putus asa dan keadaan semacam ini membuat seseorang tidak hanya akan gagal

menguasai keadaan tetapi akan meningkat timbulnya emosi yang negatif. Dalam pertandingan, wajar saja kalau atlet merasa tegang, bimbang, takut, cemas, terutama menghadapi lawan yang lebih kuat atau seimbang dan kalau situasinya mencekam (Singgih gunarsa, 1989).

Menurut Paulus Pesurnay (2000) prestasi diantaranya ditentukan oleh keadaan psikis olahragawan artinya bahwa prestasi olahraga ditentukan oleh aspek psikis, karena faktor psikislah yang menentukan pemenang suatu pertandingan. Faktor psikis yang dimaksudkan adalah kemampuan atlet untuk tampil dengan baik dalam keadaan yang diwarnai ketegangan serta persaingan seperti dalam pertandingan olahraga prestasi (Singgih Gunarsa,1989).

Pengaruh faktor mental (psikis) pada atlet secara khusus terlihat ketika sedang bertanding. Dapat dilihat antara lain kuat-lemahnya dorongan untuk meraih prestasi dan memenangkan pertandingan. Aspek ini sering disebut sebagai aspek mental, yang kadang-kadang berpengaruh besar pada seorang atlet. Sekalipun seorang atlet telah mempersiapkan faktor fisik sebaik-baiknya, mempersiapkan peralatan sebaik-baiknya, pun telah melakukan latihan-latihan tehnik secara cermat dan maksimal, namun kalau tidak ada dorongan untuk berprestasi hasilnya sering mengecewakan.

Olahraga Tarung Derajat

Menurut Drs. H. Achmad Dradjat, Olahraga Tarung Derajat adalah suatu seni keperkasaan diri reaksi cepat yang mempelajari dan melatih tehnik, taktik dan strategi pergerakan tangan,kaki, kepala serta anggota tubuh lainnya secara praktis dan efektif dalam pola dan bentuk latihan bertahan menyerang dengan kemampuan otot, otak dan nurani dalam rangka menguasai suatu ilmu pertahanan diri yang mengandung 5 (lima) unsur daya gerak yang khas yaitu, kekuatan, kecepatan, ketepatan, keberanian dan keuletan.

Olahraga beladiri tarung Derajat dilahirkan sebagai suatu seni ilmu beladiri yang berdiri sendiri secara mandiri dengan memiliki aliran dan wadah tersendiri, tidak berapliasi kepada aliran lain dan organisasi beladiri lainnya, baik yang telah ada di Indonesia maupun yang berada diluar negeri.

Dan ditegaskan pula bahwa olahraga Tarung Derajat tidak mengadopsi dan bukan gabungan dari beladiri lainnya. Dan tidak juga muncul dengan sendirinya, akan tetapi memiliki asal usul riwayat dan sumber hidup pribadi yang bersumber kepada kebesaran dan keagungan Tuhan Yang Maha Kuasa sebagai satu-satunya unsur pokok dan sangat berpengaruh dalam membentuk jati diri manusia serta jati diri sesuatu hal lainnya sesuai dengan kehendaknya.

Prestasi

Prestasi bisa diartikan sebagai suatu kualitas yang dicapai melalui belajar atau berlatih (Sugiyanto,1999).

Prestasi yang tinggi merupakan perwujudan dari bakat, proses latihan/pembinaan dan lingkungan. Bakat merupakan penentu awal dari keberhasilan seorang atlet, karena bakat merupakan sumbangan yang besar bagi tercapainya suatu prestasi. Adanya bakat besar didukung dengan dengan proses pembinaan yang baik dengan pelatih yang profesional, maka untuk mencapai prestasi tinggi bukan hanya impian.

Olahraga prestasi menitik beratkan pada pencapaian prestasi dalam cabang olahraga yang ditekuni. Prestasi olahraga tidak dapat diperoleh dalam waktu yang singkat atau jalan pintas. Prestasi olahraga dihasilkan melalui program pembinaan dan pengembangan secara bertahap dan berkesinambungan. Dalam meningkatkan prestasi olahraga bukan hal yang mudah, namun diperlukan pembinaan dan pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan, sumber daya manusia dan sumber daya alam.

Memang prestasi olahraga tidak dapat dipisahkan dengan sistem pembinaan, organisasi, sarana atau prasarana serta faktor lain yang menunjang pengembangan olahraga seperti keadaan sosio-budaya, ekonomi dan politik. Selain hal-hal tersebut diatas, aspek mental dan kepribadian sebagai telaah psikologi juga menjadi perhatian utama, khususnya di negara-negara yang sudah maju prestasi olahraganya, sedangkan di Indonesia aspek ini masih kurang mendapat perhatian.

Faktor psikologis perlu diperhatikan, meskipun seperti kedua faktor lain sulit ditentukan seberapa besar pengaruhnya

terhadap prestasi yang hendak dicapai. Sering didengar ungkapan, bermain dengan otot saja tidak akan mencapai hasil yang baik. Sebaliknya bermain dengan otak saja juga tidak ada gunanya. Faktor psikologis sering diungkapkan dengan sebutan faktor mental. Walaupun faktor mental ini penting sekali, namun agaknya sering dilupakan, khususnya pada penanganan dalam rangka pembinaan yang sistematis dan berjadwal.

Kecemasan Dalam Bertanding

Singgih Gunarsa (1989) mengemukakan bahwa kecemasan sebagai suatu ketegangan mental yang biasanya disertai dengan gangguan tubuh yang menyebabkan individu yang bersangkutan merasa tidak berdaya dan mengalami kelelahan karena senantiasa harus berada dalam keadaan waspada terhadap ancaman bahaya yang tidak jelas. Juga dikatakan bahwa pada batas waktu tertentu, seorang atlet wajar memiliki rasa khawatir akan kalah menghadapi lawannya, karena kekhawatiran ini justru dapat meningkatkan kewaspadaan atlet dalam menghadapi lawan. Atlet akan bertindak lebih berhati-hati tidak terburu-buru (tidak gegabah), dan bersikap waspada untuk mengantisipasi serangan lawan. Tetapi apabila atlet mengalami kekhawatiran secara berlebihan, ia dapat menjadi ekstra hati-hati, takut berbuat salah, tidak berani membuat keputusan dan terlalu bersifat menunggu. Kecemasan yang berlebihan pada atlet menimbulkan gangguan dalam perasaan yang tidak menyenangkan, sehingga kondisi psikologis atlet berada dalam keadaan tidak seimbang. Sehingga konsentrasi atlet untuk menghadapi lawan akan menjadi berkurang, berarti kinerja menurun, maka kecermatan juga akan menurun menyebabkan prestasi menurun.

Menurut Sugiyanto (1990) kecemasan merupakan reaksi normal pada situasi tertentu. Keadaan cemas ada hubungannya dengan rasa takut atau keadaan tertekan. Rasa cemas bisa menurunkan efisiensi perseptual, tetapi pada tingkat yang rendah justru menimbulkan kesiagaan dimana organisme dapat membedakan stimulus lingkungan dengan lebih baik. Dalam menghadapi suatu pertandingan olahraga, keadaan cemas ini sering timbul. Bagi atlet yang sudah berpengalaman kecemasan yang

timbul bisa dikontrol sehingga tidak mengganggu konsentrasi, tetapi bagi atlet yang belum berpengalaman, kecemasan yang timbul bisa berlebihan sehingga berakibat tidak baik terhadap penampilannya.

Singer (1986) mengatakan bahwa kemungkinan yang paling lazim pada atlet adalah terlalu tegang atau terlalu cemas sebelum pertandingan, dan tidak tahu apa yang harus dilakukan mengenai hal itu. Singer mendefinisikan kecemasan adalah reaksi takut pada atau didalam suatu situasi. Kecemasan adalah kecendrungan memahami situasi itu sebagai yang menakutkan dan menekan, kadang-kadang alasannya dapat dimengerti oleh atlet, tetapi kadang-kadang tidak. Bila kompetisi itu berarti bagi atlet, maka penampilannya dan hasil pertandingannya dinilai tinggi, meski dalam konteks tak pasti, satu tingkat kecemasan dipastikan ada. Meskipun beberapa atlet sangat tenang dalam pertandingan apa saja, mereka adalah atlet yang luar biasa yang beruntung mempunyai kemampuan mengendalikan dan mengarahkan emosinya. Kadang-kadang atlet memberitahukan kecemasannya pada tingkat tertentu dan ini adalah normal, tetapi ada juga atlet yang tidak suka mengaku bahwa mereka takut, karena olahraga berhubungan erat dengan ketegangan mental. Jadi jelaslah bahwa kecemasan adalah sangat lazim di dalam olahraga, bahkan diantara atlet-atlet yang terbaik.

Agresivitas Dalam Bertanding

Banyak olahraga memerlukan tingkah laku yang mungkin disebut agresif. Banyaknya perilaku agresif yang dapat diterima dan dibutuhkan sangatlah berbeda, tergantung dari tingkat pertandingan dan jenis olahraganya. Pada beberapa cabang olahraga pola laku agresif tertentu diperbolehkan. Tetapi, adanya pola laku yang memberi kesan agresif bukan berarti semua pola laku pada cabang tersebut tergolong dalam perilaku agresivitas. Cratty (1981) telah menyatakan bahwa jumlah maupun jenis agresi yang diinginkan untuk penampilan yang optimal dapat ditempatkan pada suatu skala. Pada umumnya, pada tingkat pertandingan yang lebih tinggi perilaku

agresif yang lebih ekstrim justru diperlukan dan dianggap wajar. Namun, dalam tahun-tahun terakhir ini, peningkatan perilaku agresif semakin jelas didorong secara aktif oleh para olahragawan muda dan kurang terampil.

Istilah agresi sering digunakan saling bergantian dalam konteks permusuhan dan sangat berlainan dengan istilah asertif. Asertif adalah bermain agresif yang diperlukan untuk menampilkan permainan secara efektif dalam pertandingan olahraga kompetitif, Cox (1985).

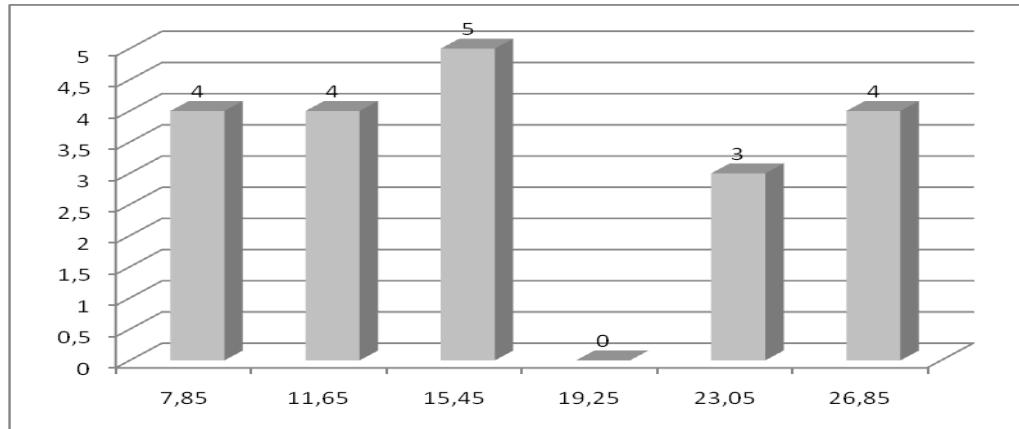
Dalam aktivitas olahraga, perilaku agresif yang sering ditampilkan di lapangan pertandingan dapat dikategorikan menjadi, 1) perilaku asertif, 2) agresi instrumental, dan 3) agresi hostile. Atlet seharusnya memperlihatkan perilaku asertif pada saat bertanding. Ketika atlet menyerang lawan harus disertai usaha yang keras, tidak berniat mencederai lawan, dan bertindak sesuai dengan peraturan pertandingan.

Perilaku agresif dapat ditingkatkan apabila mempercepat mencapai tujuan. Dalam olahraga, agresi yang bermotivasi semangat itu sangat penting dan menyebabkan peningkatan perilaku agresif apabila tujuannya sangat jelas dan dianggap penting, Buss dan Duquette (dalam Russell R. Pate, 1993).

Metode Penelitian

Metode penelitian ini adalah metode deskriptif korelasional menggunakan analisis statistik korelasi *product moment* dan teknik regresi linier ganda. Populasi diambil dari seluruh atlet petarung putra dari 20 Pengurus Cabang Tarung Derajat yang mengikuti Pekan Olahraga Provinsi XI – Aceh, tahun 2010 sebanyak 180 orang. Sampel yang digunakan adalah atlet petarung putra yang bertanding di kelas 49 Kg ke bawah sebanyak 20 orang yang ditentukan melalui teknik *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini diperoleh dari hasil pengisian *questioner*, variabel tersebut adalah kecemasan yang diukur dengan *The Taylor Manifest Anxiety Scale* (TMAS) dan agresivitas diukur dengan instrumen penilaian perilaku agresif (*Modified Buss & Perry, 1992*).

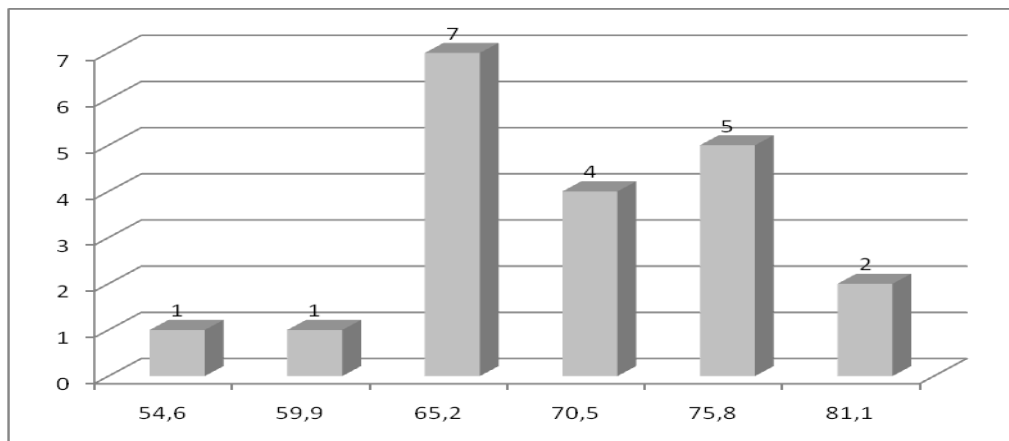
Hasil Penelitian



Gambar 1. Histogram Data Kecemasan

Berdasarkan histogram data tentang kecemasan dapat diambil kesimpulan bahwa atlet petarung putra olahraga beladiri tarung derajat memiliki tingkat kecemasan tinggi sebanyak 7 orang, yaitu pada interval 21.2 –

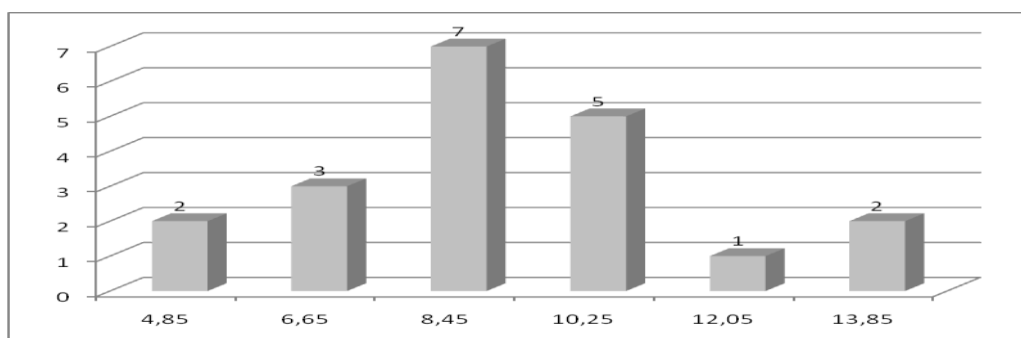
18.7. Atlet yang memiliki tingkat kecemasan sedang sebanyak 5 orang, yaitu pada interval 13.6 – 21.1. Atlet yang memiliki tingkat kecemasan rendah sebanyak 8 orang, yaitu pada interval 6.0 – 13.5.



Gambar 2. Histogram Data Agresivitas

Berdasarkan histogram data tentang agresivitas dapat diambil kesimpulan bahwa atlet petarung putra olahraga beladiri tarung derajat memiliki tingkat agresivitas tinggi sebanyak 7 atlet, yaitu pada interval 73.2 –

83.7. Atlet yang memiliki tingkat agresivitas sedang sebanyak 11 orang, yaitu pada interval 62.6 – 73.1. Atlet yang memiliki tingkat agresivitas rendah sebanyak 2 orang, yaitu pada interval 52.0 – 62.5.



Gambar 3. Histogram Data Prestasi Olahraga Beladiri Tarung Derajat

Berdasarkan histogram data tentang prestasi olahraga beladiri tarung derajat dapat diambil kesimpulan bahwa atlet petarung putra olahraga beladiri tarung derajat memiliki tingkat prestasi tinggi sebanyak 3 orang, yaitu pada interval 11.2–14.7. Atlet yang memiliki tingkat prestasi sedang sebanyak 12 orang, yaitu pada interval 7.6–11.1. Atlet yang memiliki tingkat prestasi rendah sebanyak 5 orang, yaitu pada interval 7.0–7.5.

Hasil Analisis Data

Setelah syarat-syarat tersebut dipenuhi, selanjutnya dapat dilakukan analisis data untuk mengetahui apakah hipotesis yang telah dirumuskan sebelumnya diterima atau ditolak. Adapun teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi ganda. Berdasarkan perhitungan uji hipotesis diperoleh hasil sebagai berikut:

1. Hasil perhitungan koefisien korelasi antar variable

a. Mencari korelasi sederhana antara X_1 dengan Y.

Berdasarkan perhitungan yang telah dilakukan, diperoleh hasil sebagai berikut:

$$r_{x_1y} : - 0.4941$$

$$r_{tabel} : 0.423$$

Dari hasil di atas dapat diketahui bahwa $r_{x_1y} > r_{tabel}$ yaitu $- 0.4941 > 0.423$ dengan demikian hipotesis yang berbunyi : "Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kecemasan dengan prestasi olahraga beladiri tarung derajat pada atlet petarung putra", diterima.

b. Mencari korelasi sederhana antara X_2 dengan Y.

Berdasarkan perhitungan yang telah dilakukan, diperoleh hasil sebagai berikut:

$$r_{x_2y} : 0.4622$$

$$r_{tabel} : 0.423$$

Dari hasil di atas dapat diketahui bahwa $r_{x_2y} > r_{tabel}$ yaitu $0.4622 > 0.423$ dengan demikian hipotesis yang berbunyi : "Terdapat hubungan positif yang signifikan antara agresivitas dengan prestasi olahraga beladiri tarung derajat pada atlet petarung putra", diterima.

c. Mencari korelasi ganda antara X_1 dan X_2 dengan Y.

Berdasarkan perhitungan yang telah dilakukan, diperoleh hasil sebagai berikut:

$$r_{x_1x_2y} : 0.6363$$

$$F_{hitung} : 5.783$$

$$F_{tabel} : 3.59$$

Dari hasil di atas dapat diketahui bahwa $F_{hitung} > F_{tabel}$ yaitu $5.783 > 3.59$ dengan demikian hipotesis yang berbunyi : "Terdapat hubungan positif yang signifikan antara kecemasan dan agresivitas secara bersama-sama dengan prestasi olahraga beladiri tarung derajat pada atlet petarung putra", diterima.

2. Mencari besarnya sumbangan efektif dan sumbangan relatif.

Besarnya sumbangan efektif dan sumbangan relatif masing-masing variabel setelah perhitungan sesuai langkah dan rumusnya dapat diuraikan sebagai berikut:

a. Sumbangan efektif kecemasan (X_1) terhadap prestasi olahraga beladiri tarung derajat pada atlet petarung putra (Y) adalah sebesar 21.79%. Sedangkan sumbangan efektif agresivitas (X_2) terhadap prestasi olahraga beladiri tarung derajat pada atlet petarung putra (Y) adalah sebesar 18.70%. Dari hasil perhitungan di atas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa kecemasan (X_1) memberikan sumbangan yang lebih berarti terhadap prestasi olahraga beladiri tarung derajat pada atlet putra (Y), sedangkan agresivitas (X_2) memberikan sumbangan yang lebih kecil terhadap prestasi olahraga beladiri tarung derajat pada atlet petarung putra (Y).

b. Sumbangan relatif kecemasan (X_1) terhadap prestasi olahraga beladiri tarung derajat pada atlet petarung putra (Y) adalah sebesar 53.82%. Sedangkan sumbangan relatif agresivitas (X_2) terhadap prestasi olahraga beladiri tarung derajat pada atlet petarung putra (Y) adalah sebesar 46.18%. Dari hasil perhitungan di atas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa kecemasan (X_1) memberikan sumbangan yang lebih berarti terhadap prestasi olahraga beladiri tarung derajat pada atlet putra (Y), sedangkan agresivitas (X_2) memberikan sumba-

ngan yang lebih kecil terhadap prestasi olahraga beladiri tarung derajat pada atlet petarung putra (Y).

- c. Setelah sumbangan masing-masing variabel diketahui baik sumbangan efektif maupun sumbangan relatif maka dapat diketahui bahwa kecemasan (X_1) dan agresivitas (X_2) secara bersama-sama memiliki pengaruh terhadap prestasi olahraga beladiri tarung derajat pada atlet petarung putra (Y), yaitu sebesar 40.49%. Dalam hal ini kecemasan memberikan sumbangan yang relatif besar terhadap prestasi olahraga beladiri tarung derajat pada atlet petarung putra (Y).

Pembahasan Hasil Penelitian

Setelah pengujian hipotesis dilakukan dan diketahui hasil-hasilnya, kemudian dilakukan pembahasan hasil penelitian sebagai berikut:

Hipotesis pertama

Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh $r_{x_1y} = -0.4941 > r_{tabel} = 0.423$ dengan SE sebesar 21.79% dan SR = 53.82%. Hal ini menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kecemasan dengan prestasi olahraga beladiri tarung derajat pada atlet petarung putra.

Berdasarkan penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa kecemasan sangat berpengaruh besar terhadap kemungkinan penampilan atlet petarung, maka dengan sendirinya juga akan berpengaruh terhadap prestasinya. Atlet yang memiliki tingkat kecemasan yang rendah maka penampilannya pada saat pertandingan akan meningkat dan prestasi yang memuaskan akan tercapai, karena atlet petarung berada dalam kondisi psikologis yang seimbang. Sehingga konsentrasi atlet petarung untuk menghadapi lawan pada saat pertandingan tetap stabil, yang berakibat kinerjanya meningkat, maka kecermatan juga akan meningkat sehingga prestasi maksimal akan tercapai. Jadi hipotesis yang berbunyi "Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kecemasan dengan prestasi olahraga beladiri tarung derajat pada atlet petarung putra", diterima.

Hipotesis kedua

Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh $r_{x_2y} = 0.4622 > r_{tabel} = 0.423$ dengan SE sebesar 18.70% dan SR = 46.18%. Hal ini menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara agresivitas dengan prestasi olahraga beladiri tarung derajat pada atlet petarung putra.

Berdasarkan penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa agresivitas yang dimiliki oleh seorang atlet petarung sangat mempengaruhi penampilan dan pencapaian prestasi dalam pertandingan olahraga beladiri Tarung Derajat. Atlet yang memiliki tingkat agresivitas yang tinggi, akan lebih berpeluang dalam meraih prestasi yang maksimal. Karena dalam pertandingan olahraga beladiri Tarung Derajat diperlukan sikap agresif dan pola laku agresif, dimana atlet menunjukkan usaha yang aktif, menyusun berbagai strategi untuk menguasai pertarungan guna mencapai kemenangan. Maka di dalam pertarungan yang keras ini, tingkah laku agresivitas bisa sering dipakai sebagai alat atau cara untuk mencapai kemenangan, karena tingkah laku agresif erat kaitannya dengan sifat olahraga Tarung Derajat ini, yaitu olahraga dengan adu kekuatan dan olahraga dengan sentuhan kontak langsung.

Jadi hipotesis yang berbunyi "Terdapat hubungan positif yang signifikan antara agresivitas dengan prestasi olahraga beladiri tarung derajat pada atlet petarung putra", diterima.

Hipotesis ketiga

Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh $F_{hitung} = 5.783 > F_{tabel} = 3.59$ Hal ini menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara kecemasan dan agresivitas secara bersama-sama dengan prestasi olahraga beladiri tarung derajat pada atlet petarung putra.

Berdasarkan penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa prestasi olahraga beladiri tarung derajat pada atlet petarung sangat dipengaruhi oleh tingkat kecemasan dan tingkat agresivitas yang dimiliki oleh seorang atlet. Tingkat kecemasan akan sangat berpengaruh besar terhadap kemungkinan penampilan atlet, maka dengan sendirinya juga akan berpengaruh terhadap prestasinya. Atlet yang memiliki tingkat kecemasan yang rendah, maka penampilannya akan

meningkat dan prestasi yang memuaskan akan tercapai, karena atlet berada dalam kondisi psikologis yang stabil. Selain itu tingkat agresivitas juga sangat berpengaruh terhadap prestasi olahraga beladiri Tarung Derajat. Tanpa agresivitas yang tinggi, prestasi yang maksimal tidak akan tercapai. Karena dalam pertandingan olahraga beladiri Tarung Derajat sangat diperlukan sikap agresif dan pola laku agresif. Dimana atlet menunjukkan usaha yang aktif, menyusun berbagai strategi untuk menguasai pertarungan untuk mencapai kemenangan. Oleh sebab itu di dalam pertarungan agresivitas sering dipakai sebagai alat atau cara untuk mengalahkan lawan. Karena tingkah laku agresif erat kaitannya dengan olahraga beladiri Tarung Derajat ini, yaitu olahraga dengan adu kekuatan dan olahraga dengan sentuhan kontak langsung. Jadi, pada dasarnya apabila seorang atlet memiliki tingkat kecemasan yang rendah dan tingkat agresivitas yang tinggi, maka prestasi dalam olahraga beladiri Tarung Derajat akan tercapai dengan hasil yang memuaskan.

Jadi hipotesis yang berbunyi "Terdapat hubungan positif yang signifikan antara kecemasan dan agresivitas secara bersama-sama dengan prestasi olahraga beladiri tarung derajat pada atlet petarung putra", diterima.

Kesimpulan

Berdasarkan dari deskripsi data dan pengujian hipotesis yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kecemasan dengan prestasi olahraga beladiri tarung derajat pada atlet petarung putra. Hal ini menunjukkan bahwa seorang atlet petarung yang memiliki tingkat kecemasan yang rendah, maka penampilan dan prestasinya akan lebih baik dari pada seorang atlet petarung yang memiliki tingkat kecemasan yang tinggi.
2. Terdapat hubungan positif yang signifikan antara agresivitas dengan prestasi olahraga beladiri tarung derajat pada atlet petarung putra. Hal ini menunjukkan bahwa seorang atlet petarung yang memiliki tingkat agresivitas yang tinggi, maka penampilan dan prestasinya akan lebih baik dari pada seorang atlet

petarung yang memiliki tingkat agresivitas yang rendah.

3. Terdapat hubungan positif yang signifikan antara kecemasan dan agresivitas secara bersama-sama dengan prestasi olahraga beladiri tarung derajat pada atlet petarung putra. Hal ini menunjukkan bahwa seorang atlet petarung yang memiliki tingkat kecemasan yang rendah dan atlet petarung yang memiliki tingkat agresivitas yang tinggi, maka penampilan dan prestasinya akan lebih baik dari pada seorang atlet petarung yang memiliki tingkat kecemasan yang tinggi dan atlet petarung yang memiliki tingkat agresivitas yang rendah.
4. Adapun sumbangan realtif (SR) dan sumbangan efektif (SE) masing-masing kriterium terhadap prediktor, diperhitungkan atas dasar analisis persamaan garis regresi linier ganda, sehingga dapat ditentukan perbandingan masing-masing kriterium terhadap prediktor. Dengan hasil ini dapat menunjukkan bahwa prediktor kecemasan (X_1) lebih memberikan arti pada prestasi olahraga beladiri tarung derajat pada atlet petarung putra dibandingkan dengan prediktor agresivitas (X_2).

Untuk meningkatkan pencapaian prestasi yang maksimal diharapkan kepada pelatih di dalam melatih dan membina atlet yang merupakan tugas utamanya, tidak hanya melatih fisik, tehnik dan taktik, namun juga dapat lebih memperhatikan faktor psikologis atlet yang berkaitan dengan kecemasan dan agresivitas. Sebab betapun sempurnanya perkembangan fisik, tehnik dan taktik atlet, apabila mentalnya tidak turut berkembang prestasi tinggi tidak akan mungkin dicapai. Karena mental berfungsi sebagai penggerak, pendorong dan pemantap bagi atlet untuk pengejawantahan kemampuan fisik dan tehnik dalam mencapai prestasi prima.

Daftar Pustaka

- Buss, (1966). *The Psychology Of Aggression*. New York. Wiley.
-, H. Arnold & Perry, Mark. (1992). *The Aggression Questionnaire*. Personality Processes and Individual Differences. *Journal*. University of Texas at Austin.

- Bandura, A. (1973). *Agression, a Social Learning Analysis*. Englewood Cliffs: Practice Hall.
- Cox, Richard H. (1985). *Sport Psychology, Concepts and Applications*. Dubuque Iowa: Kansas State University. Wm. C. Brown Publishers.
- Cratty, J Bryant. (1981). *Psychology in Contemporary Sport*. Los Angeles: University Of California. Prentice Hall. Inc.
- Daradjat, Z. (1990). *Kesehatan Mental*. Jakarta: PT Temprint.
- Harsono, (1988). *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis Dalam Coaching*. Jakarta
- [Http://www.tarungderajat-aaboxer.com/2009](http://www.tarungderajat-aaboxer.com/2009)
- Kartono, K. (1981). *Gangguan-gangguan Psikis*. Bandung: Sinar Baru.
- Koeswara, E. (1998). *Agresi Manusia*. Bandung: PT. Eresco.
- Monty P. Satiadarma. (2000). *Dasar-dasar Psikologi Olahraga*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
- Masri Singarimbun. (1989). *Metode Penelitian Survei*. Jakarta: Lembaga Penelitian, Pendidikan dan Penerangan Ekonomi dan Sosial.
- Paulus Pesurnay. (2000). *Reposisi dan Reaktualisasi Sistem Keolahragaan Menuju Indonesia Baru*. Jawa Timur : Panitia Seminar Ilmiah PON XV.
- Pate, Russell R.; Clanaghan, Bruce Mc & Rotella, Robert. (1993). *Dasar-dasar Ilmu Kepeleatihan*, Semarang Press.
- Sambas Ali Muhidin. (2007). *Analisis Korelasi, Regresi dan Jalur Dalam Penelitian*. Bandung: CV. Pustaka Setia.
- Singgih Gunarsa. (1989). *Psikologi Olahraga*. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia.
- Suharsimi Arikunto. (1998). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Edisi Revisi V. Penerbit PT. Rineka Cipta, Jakarta.
- Sutrisno Hadi. (2001). *Statistik Jilid 2*. Yogyakarta: Jaya Andi Offset.
- Sudibyo Setyobroto. (1989). *Psikologi Olahraga*. Jakarta: PT Anem Kosong Anem.
- (1993). *Psikologi Kepeleatihan*. Jakarta: CV. Jaya Sakti.
-(2001). *Mental Training*. Jakarta: Percetakan Solo.
- Sugiyanto. (1999). *Belajar Gerak*. Surakarta: UNS Press.
- Sudjana. (1989). *Metode Statistika*. Bandung. Penerbit Tarsito.