

## Karakteristik Psikologis Atlet di Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar (PPLP)

*Dimiyati<sup>1</sup>, Herwin<sup>2</sup>, Tri Ani Hastuti<sup>3</sup>*

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta

**Abstract.** The main goal of this study was to describe the psychological characteristics of the athletes of archery, tae kwon do, Pencak Silat, football, athletics, volley ball, and sepak takraw in the Center for Students Education and Training (CSET). The data were collected from 104 male and female athletes. The study showed that among the groups of athletes of different sports had different psychological characteristics. Footballers had the best motivation, self-confidence, and mental preparation. Athletes of tae kwon do had the best control of anxiety and concentration, but the lowest motivation. Volleyball athletes had the highest team concern, but the lowest concentration, self-confidence, and mental preparation, compared to those from the other sports. The athletes of athletics had the lowest team concern, and the athletes of pencak silat had the lowest control of anxiety compared to athletes from the other sports.

*Keywords:* athletes, CSET, psychological characteristics

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan karakteristik psikologis atlet panahan, tae kwon do, pencak silat, sepakbola, atletik, bola voli, dan sepak takraw yang berada di Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar (PPLP). Data dikumpulkan dari 104 atlet pria dan wanita di Provinsi Jawa Tengah dan Daerah Istimewa Yogyakarta. Hasil penelitian menyimpulkan bahwa karakteristik psikologis atlet di PPLP adalah sebagai berikut: atlet sepakbola memiliki motivasi, kepercayaan diri dan persiapan mental yang paling baik dibandingkan atlet cabang olahraga lainnya. Atlet tae kwon do memiliki kontrol kecemasan dan konsentrasi yang paling baik dibandingkan atlet cabang olahraga lainnya, namun memiliki motivasi yang paling rendah. Atlet bola voli memiliki perhatian tim yang paling tinggi dibandingkan atlet cabang olahraga lainnya, namun memiliki konsentrasi, kepercayaan diri dan persiapan mental yang paling rendah. Sedangkan atlet atletik memiliki tingkat perhatian tim yang paling rendah, dan atlet pencak silat memiliki kontrol kecemasan yang paling rendah dibandingkan cabang olahraga lainnya.

*Kata kunci :* atlet, CSET, karakteristik psikologi

Undang-undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional secara eksplisit menegaskan bahwa olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan. Tersirat dalam

batasan tersebut bahwa olahraga prestasi merupakan suatu sistem yang terdiri dari berbagai komponen. Salah satu komponen untuk mewujudkan prestasi itu adalah dukungan ilmu keolahragaan. Haag (1994) menyatakan bahwa ilmu keolahragaan itu sendiri tersusun dari tujuh bidang teori dasar, yaitu Kesehatan Olahraga, Biomekanika Olahraga, Psikologi Olahraga, Pedagogi Olahraga, Sosiologi Olahraga, Sejarah Olahraga, dan Filsafat Olahraga. Psikologi Olahraga merupakan satu dari tujuh bidang teori yang menjadi batang

<sup>1</sup> Korespondensi mengenai isi artikel ini dapat dilakukan melalui: [dimy\\_rismi@yahoo.com](mailto:dimy_rismi@yahoo.com)

<sup>2</sup> Atau melalui: [wintaka\\_05@yahoo.com](mailto:wintaka_05@yahoo.com)

<sup>3</sup> Atau melalui: [tranifikuny@yahoo.com](mailto:tranifikuny@yahoo.com)

tubuh (*body of knowledge*) ilmu keolahragaan.

Pate, McCleanaghan, dan Rotella (1993) lebih khusus menegaskan bahwa sampai saat ini ada tiga ilmu dasar yang telah berkembang menjadi sub disiplin ilmu yang mendukung praktik kepelatihan olahragawan yang sempurna, yaitu Biomekanika, Psikologi Latihan, dan Psikologi Olahraga. Di lingkungan Komite Olimpiade Amerika pembinaan olahraga prestasi telah menerapkan seperangkat ilmu, salah satunya adalah Psikologi Olahraga (Lutan, 1997). Harsono (dalam Singgih, Monthly, & Myrna, 1996), mengatakan bahwa dari beberapa ilmu tersebut, Psikologi Olahraga khususnya yang menyangkut proses-proses mental emosional atlet menjadi kontributor yang semakin menentukan dalam pembinaan serta peningkatan prestasi atlet. Junge (2010) menegaskan bahwa;

*"However, successful performance in sports does not only require the athlete to be healthy and physically fit but also mentally prepared to play".*

Khusus dalam cabang olahraga golf profesional baik buruknya penampilan mereka sangat ditentukan oleh faktor-faktor psikologis yaitu kecemasan, somatis, kecemasan kognitif, kontrol perhatian dan kontrol emosional (Bois, Sarrazin, Southon, & Boiche, 2009). Penelitian dalam aspek kepribadian yang merupakan bagian lebih umum dari aspek-aspek psikologis menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kepribadian antara pegulat, perenang, atlet *baseball*, atlet bola basket dan atlet sepakbola (Slusher dalam Singgih, 1985). Sejalan dengan ini, Singer (dalam Cox, 2002) mengatakan bahwa berdasarkan observasi yang dilakukan terhadap atlet *baseball* dan atlet tenis, ditemukan adanya perbedaan aspek kepri-

badian pada atlet olahraga tim dengan atlet olahraga individual. Hasil penelitian lain yang dilakukan terhadap cabang olahraga sepakbola, gulat, senam, dan karate menunjukkan bahwa karakteristik kepribadian atlet-atlet tersebut adalah berbeda (Kroll & Crenshaw, dalam Singer, Murphey, & Tennant, 1993). Menurut Williams dan Reilly (2000) berdasarkan hasil kajian terhadap cabang olahraga sepakbola terdapat beberapa karakteristik psikologis yang perlu dimiliki oleh atlet-atlet muda, yaitu kontrol tingkat gugahan (*arousal*), kepercayaan diri yang tinggi, fokus pada tugas yang tinggi dan kapasitas untuk tampil penuh semangat.

Penelitian yang dilakukan Schure, Asley, dan Joy (dalam Cox, 2002) menunjukkan dengan jelas bahwa profil kepribadian atlet olahraga tim berbeda dengan atlet olahraga individual, dan antara atlet yang bermain dalam olahraga tim yang bersifat interaksi langsung (contoh bola basket) dan interaksi tidak langsung (contoh bola voli). Secara umum para atlet olahraga tim memiliki karakter lebih cemas, dependen, terbuka, dan waspada, tetapi kurang sensitif dan imajinatif dibandingkan para atlet cabang olahraga individual. Para atlet olahraga yang bersifat interaksi langsung (misalnya sepakbola), mereka lebih independen dan tidak egois dibandingkan dengan para atlet dari cabang olahraga yang bersifat interaksi tidak langsung (misalnya bola voli). Berbagai literatur menunjukkan bahwa para atlet dari satu cabang olahraga berbeda karakter dan tipe kepribadiannya dibandingkan dengan para atlet dari cabang olahraga lainnya (Cox, 2002).

Kajian literatur tersebut di atas menunjukkan bahwa aspek-aspek psikologis yang berpengaruh terhadap prestasi atlet berbeda antara satu dengan lainnya. Tedd (dalam Rushall, 1996) menegaskan

bahwa variasi aspek-aspek psikologis yang berpengaruh terhadap penampilan memang tidak konsisten. Grossarth-Maticsek, Eysenck, Rieder, dan Rakic (1990) menggambarkan faktor-faktor psikologis yang terkait keberhasilan pada atlet sepakbola dan tinju. Meyers, LeUnes, dan Bourgeois (1996) melaporkan bahwa skor atlet elit rodeo lebih tinggi daripada non atlet elit dalam motivasi, kontrol kecemasan, dan konsentrasi, begitu juga penelitian Cox, Liu, dan Qiu, (1996) terhadap atlet elit di Cina menemukan bahwa atlet elit memiliki tingkatan skor yang lebih tinggi dalam hal kepercayaan dan kontrol kecemasan. Cox dan Liu (1993) menemukan bahwa atlet elit memiliki kepercayaan diri dan dapat mengontrol kecemasan. Adapun beberapa aspek psikologis yang perlu dan berpengaruh pada penampilan cabang olahraga bela diri (pencak silat, tae kwo do, dan lain-lain) adalah konsentrasi, antisipasi, kontrol emosi, kontrol diri, kepercayaan diri dan daya juang (Anshel & Payne, dalam Dosil, 2006). Zinseer, Bunker, dan Williams (2001) mengatakan bahwa sikap optimis adalah penting dimiliki oleh para atlet bela diri karena akan berdampak terhadap peningkatan daya juang, konsentrasi, dan fokus terhadap perhatian.

Diduga perbedaan itu terjadi karena faktor-faktor pengalaman bertanding, proses latihan, tingkat keterampilan, faktor usia, dan tugas gerak yang harus dilakukan antara cabang olahraga yang satu dengan yang lainnya berbeda. Begitu pula antara olahraga tim dengan olahraga individual. Karakteristik permainan, sifat olahraga yang terkandung dalam olahraga beregu akan berbeda dengan karakteristik dan sifat olahraga yang terkandung dalam olahraga individual. Penelitian lain menegaskan bahwa terdapat perbedaan keterampilan psikologis antara olahraga

individual dan olahraga tim (Cox & Liu, 1993; Feltz & Ewing, 1987) dan antara jenis kelamin (Chantal, Guay, Debrea-Martinova, & Vallerand, 1996; MacIntyre, Mahoney & Moran, 1998; Sewell & Edmodson, 1996; White, 1993).

Terlepas dari berbagai perbedaan tersebut Davies dan Armstrong (1989), menegaskan bahwa faktor-faktor psikologis yang penting dan menentukan prestasi atlet antara lain motivasi, persiapan mental, kepercayaan dan konsentrasi. Secara umum teridentifikasi ada tiga aspek psikologis yang berpengaruh dan terkait dengan penampilan, yaitu kecemasan kognitif, kecemasan somatis dan kepercayaan diri (Chanberlain & Hale, 2007; Hardy, Woodman, & Carrington, 2004). Williams dan Krane (2001) menyimpulkan bahwa karakteristik psikologis yang terkait dengan penampilan adalah aspek-aspek pengaturan diri tentang gugahan, kepercayaan diri, konsentrasi, menikmati olahraga itu, memiliki determinasi dan komitmen. Menurut Mahoney (dalam Dosil, 2006) aspek-aspek psikologis yang potensial dan berpengaruh terhadap penampilan, yaitu motivasi, kepercayaan, kontrol kecemasan, persiapan mental, perhatian, dan konsentrasi. Kemudian aspek-aspek psikologis ini dikembangkan menjadi instrumen untuk mengukur keterampilan psikologis atlet dalam konteks khusus olahraga. Selanjutnya instrumen ini disebut dengan *the Psychological Skill Inventory for Sport* (PSIS-R-5).

Mahoney, Gabriel, dan Perkins (1987) telah menggunakan instrumen tersebut untuk membandingkan atlet elit dan non atlet elit. Banyak pula penelitian yang membedakan keberhasilan atlet elit dan non atlet elit dengan menggunakan instrumen yang berdasar pada karakteristik psikologis ini. Penelitian lebih lanjut yang dilakukan oleh Meyers dan kawan-kawan

(1996) telah mengembangkan dan mengidentifikasi karakteristik psikologis yang relevan dengan olahraga. Karakteristik psikologis yaitu aspek-aspek psikologis yang melekat pada diri atlet dan berpengaruh terhadap keberhasilan atlet (Cox, 2002). Lebih lanjut Cox memberi contoh yang termasuk ke dalam karakteristik psikologis tersebut mencakup motivasi intrinsik, kepercayaan diri, perhatian yang terkontrol, *arousal* yang terkontrol, keceemasan yang terkontrol, dan kewaspadaan diri.

Berdasarkan batasan tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara aspek-aspek psikologis dengan penampilan meskipun aspek-aspek psikologis antara berbagai cabang olah-raga dimungkinkan sama, namun gradasi untuk masing-masing aspek psikologisnya berbeda. Terlepas dari adanya perbedaan tersebut menurut Wienberg dan Gould (2003), latihan keterampilan psikologis yang menyangkut aspek-aspek psikologis seperti mempertahankan fokus konsentrasi, pengaturan tingkat *arousal*, meningkatkan kepercayaan, dan mempertahankan motivasi perlu dilakukan secara sistematis. Davies dan Armstrong (1989), mengatakan bahwa sebagaimana persiapan latihan fisik dan teknik latihan psikis atlet pun perlu dipersiapkan dalam periode yang lama. Namun demikian di Indonesia para pelatih dan pembina olahraga lebih dominan memberikan latihan fisik dan teknik, tetapi melupakan latihan mental yang sesungguhnya merupakan faktor yang sangat penting (Singgih, 1989). Begitu pula dalam tataran kebijakan, para pembina olahraga belum memandang penting pembinaan aspek psikologis bagi para atlet. Sehingga sangat jarang melibatkan pakar psikologi olahraga dalam proses pembinaan dan pendampingan atlet nasional yang

akan dikirim ke even-even olahraga penting tingkat internasional.

Hasil observasi dan pengalaman penulis di lapangan menunjukkan bahwa tidak ada program pembinaan dan latihan keterampilan psikologis yang diberikan khusus, terstruktur, dan terintegrasi dalam proses pembinaan atlet baik untuk persiapan menuju even Pekan Olahraga Nasional (PON) apalagi pembinaan atlet pada tataran yang lebih rendah seperti pembinaan atlet-atlet junior yang dibina dan dikembangkan di Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar (PPLP). Seharusnya pembinaan atlet junior baik yang menyangkut aspek fisik, teknik dan psikis perlu lebih diperhatikan sebab keberhasilan pembinaan atlet junior akan berdampak terhadap prestasi atlet tersebut di kemudian hari. Atlet-atlet pada usia ini masih tumbuh dan berkembang sehingga memungkinkan untuk dibina dan dikembangkan baik aspek fisik maupun mentalnya sesuai dengan batas kemampuan yang ada (Singgih, 1989).

Pengetahuan dan pemahaman tentang karakteristik psikologis atlet yang terkait dan mendukung dalam rangka pembinaan dan penampilan atlet junior di PPLP sangat penting diketahui oleh para pelatih dan pembina olahraga. Pengetahuan tentang karakteristik psikologis ini merupakan langkah awal untuk menjadikan aspek psikologis sebagai bagian integral dari pembinaan atlet menuju prestasi optimal. Di sisi lain berbagai penelitian dan kajian litelatur lebih menekankan kajiannya pada atlet elit. Membina atlet junior tentu berbeda dengan atlet yang tergolong sudah senior, yang masing-masing memiliki ciri khas yang perlu diperhatikan (Singgih, 1996). Pemahaman tentang karakteristik psikologis atlet yang terkait dan mendukung dalam rangka pembinaan dan penampilan atlet junior sangat penting

diketahui oleh para pelatih dan pembina olahraga untuk membantu para atlet tersebut dapat berkembang pada level atlet elit. Namun sampai sekarang tidak begitu jelas perbedaan aspek-aspek psikologis antara atlet elit, dan non atlet elit atau sub atlet elit juga atlet junior padahal penting untuk mengerti aspek-aspek psikologis tersebut dalam proses perkembangan bakat atlet (Morris, 2000).

Berdasar pada latar belakang masalah dan kajian teori sebagaimana tersebut di atas, penelitian ini memfokuskan pada atlet junior dari cabang-cabang olahraga atletik, pencak silat, panahan, bola voli, tae kwon do dan sepak takraw di PPLP. Dan hipotesis, yang diajukan yaitu: (1) Terdapat perbedaan yang signifikan karakteristik psikologis atlet PPLP ditinjau dari olahraga individual dan olahraga tim; dan (2) Terdapat perbedaan yang signifikan karakteristik psikologis antara atlet PPLP yang menekuni sepakbola, bola voli, sepak takraw, panahan, atletik, tae kwon do, dan pencak silat. Penelitian ini juga ingin menjawab permasalahan utama yaitu, bagaimanakah karakteristik psikologis atlet yang menekuni olahraga individual dan olahraga tim di PPLP?.

## Metode

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan desain penelitian *ex post facto* seperti tertera pada Tabel 1. Subjek penelitian adalah seluruh atlet yang tergabung dan dibina di PPLP di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) dan Jawa Tengah berjumlah 104 orang.

Penelitian ini menggunakan instrumen yang dikembangkan oleh Mahoney, Gabriel, dan Perkins (1987) yang disebut PSIS-R-5. Instrumen ini terdiri dari 44 aitem pernyataan yang didesain untuk mengukur karakteristik psikologis yang dihubungkan dengan latar belakang olahraga. Instrumen ini terdiri dari enam aspek psikologis, yaitu motivasi; kepercayaan; kontrol kecemasan; persiapan mental; perhatian tim; dan konsentrasi. Sebelum digunakan sebagai instrumen dalam penelitian ini, terlebih dahulu dilakukan langkah-langkah sebagai berikut: (1) Diterjemahkan oleh pakar bahasa Inggris; (2) instrumen yang telah diterjemahkan tersebut selanjutnya dinilai oleh tiga orang *expert*; (3) dan selanjutnya diujicobakan terhadap 50 orang atlet yang memiliki karakteristik mirip dengan subjek penelitian. Adapun reliabilitas dan validitas

Tabel 1  
Desain Penelitian

Variabel Bebas	Atlet PPLP						
	Olahraga Tim			Olahraga Individual			
Variabel Terikat	SB	BV	SPTK	Pan	Atl	PS	TKD
<b>Karakteristik Psikologis:</b>							
<b>Motivasi</b>							
<b>Kepercayaan Diri</b>							
<b>Kontrol Kecemasan</b>	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y
<b>Persiapan Mental</b>							
<b>Pentingnya Tim</b>							
<b>Konsentrasi</b>							

Keterangan: SB=Sepakbola; BV=Bola Voli; SPTK=Sepak Takraw;  
Pan=Panahan; Atl= Atletik; PS= Pencak Silat; TKD= Tae Kwon Do  
Y = tingkat karakteristik psikologis berbagai cabang olahraga

hasil uji coba terhadap instrumen karakteristik psikologis tersebut tertera pada Tabel 2.

*Analisis data.* Kegiatan pada tahap analisis data mencakup: (1) pengecekan kembali data yang telah terkumpul; (2) pemberian skor pada jawaban subjek terhadap angket atau instrumen tersebut, skor bergerak dari satu sampai lima dengan memperhatikan sifat dari butir angket atau instrumen apakah *favorable* atau *unfavorable*. Data yang diperoleh dianalisis untuk mendeskripsikan karakteristik psikologis, yang menyangkut aspek-aspek (motivasi, kepercayaan diri, kontrol kecemasan, persiapan mental, perhatian tim, dan konsentrasi). Dan untuk menjawab hipotesis maka digunakan analisis statistik inferensial, yaitu *multivariate analysis of covariance* (MANCOVA) dengan menggunakan *General Linier Models* (GLM).

## Hasil

### *Hasil Analisis Deskriptif Data Atlet PPLP*

Hasil analisis deskriptif yang berupa N (jumlah responden), rerata skor dan standar deviasi (SD) dari data *raw score* dan butir-butir tes dari instrumen PSIS-R-5 untuk masing-masing cabang olahraga yang dibina di PPLP, dapat dilihat pada Tabel 3.

Berdasarkan Tabel 3 dapat dijelaskan bahwa atlet Panahan yang berjumlah 28 orang, semuanya (100%) memiliki motivasi sangat baik; separuhnya (50%) aspek psikologis kepercayaan diri dan kontrol kecemasan dengan kategori baik, 57,1% aspek persiapannya mentalnya baik, sedangkan 53,6% aspek psikologis perhatian timnya berkategori cukup baik, dan aspek psikologis konsentrasi kurang dari separuh (46,4%) berkategori cukup baik, selebihnya (53,6%) aspek konsentrasinya tersebar ke dalam kategori sangat baik, baik, kurang baik dan tidak baik.

Tabel 2  
Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Karakteristik Psikologis	Jumlah Item	Koefisien Validitas	Koef Reliabilitas (rtt)
Motivasi	8	0,542 s.d 0,817	0,792
Kepercayaan Diri	8	0,535 s.d 0,736	0,775
Kontrol Kecemasan	8	0,698 s.d 0,859	0,914
Persiapan Mental	6	0,784 s.d 0,895	0,921
Pentingnya Tim	7	0,564 s.d 0,766	0,803
Konsentrasi	7	0,618 s.d 0,844	0,856

Tabel 3  
Hasil Analisis Deskriptif Data Karakteristik Psikologis Atlet Panahan

Atlet Cabang Olahraga	Panahan			
	N= 28			
Aspek Psikologis	Rerata	SD	Kategori	Persentase
Motivasi	4,667	0,204	Sangat baik	100
Kepercayaan Diri	3,738	0,473	Baik	50
Kontrol Kecemasan	3,579	0,858	Baik	50
Persiapan Mental	3,387	0,650	Baik	57,1
Perhatian Tim	3,591	0,516	Cukup baik	53,6
Konsentrasi	3,229	0,506	Cukup baik	46,4

Berdasarkan Tabel 4 dapat dijelaskan bahwa atlet pencak silat yang berjumlah sembilan orang, 88,9% memiliki motivasi sangat baik; lebih dari separuh (55,6%) aspek psikologis kepercayaan diri dengan kategori cukup baik; kontrol kecemasan dengan kategori kurang baik, 44,4%; lebih dari separuh (55,6%) aspek psikologis persiapan mentalnya baik; sedangkan baik pada aspek psikologis perhatian tim dan konsentrasi masing-masing (55,6%) dengan kategori cukup baik.

Tabel 5 menunjukkan bahwa atlet taekwondo yang berjumlah lima orang, 60% memiliki motivasi sangat baik; pada aspek psikologis kepercayaan diri, kontrol kecemasan dan persiapan mental masing-masing (60%) termasuk dalam kategori baik; sedangkan aspek psikologis perhatian tim dan konsentrasi masing-masing (60%) berkategori cukup baik.

Berdasarkan Tabel 6 dapat dijelaskan bahwa atlet atletik yang berjumlah 13 orang, 92,3% memiliki motivasi sangat baik; 61,5% aspek psikologis kepercayaan diri berkategori cukup baik; kurang dari separuh (46,2%) aspek kontrol kecemasan dan persiapan mental dengan kategori cukup baik; sedangkan 61,5% aspek psikologis perhatian timnya berkategori baik, dan aspek psikologis konsentrasi kurang dari separuh (46,2%) berkategori cukup baik.

Berdasarkan Tabel 7 dapat dijelaskan bahwa atlet sepakbola yang berjumlah 23 orang, 95,7% memiliki motivasi sangat baik; kurang dari separuh (47,8%) aspek psikologis kepercayaan diri berkategori baik; lebih dari separuh (52,2%) aspek kontrol kecemasan dengan kategori cukup baik; 69,6% aspek persiapan mentalnya baik, sedangkan 53,3% aspek psikologis perhatian timnya berkategori baik, dan

Tabel 4  
Hasil Analisis Deskriptif Data Karakteristik Psikologis Pencak Silat

Atlet Cabang Olahraga			Pencak Silat	
N= 9				
Aspek Psikologis	Rerata	SD	Kategori	Persentase
Motivasi	4,529	0,256	Sangat baik	88,9
Kepercayaan Diri	3,448	0,572	Cukup baik	55,6
Kontrol Kecemasan	2,863	0,691	Kurang baik	44,4
Persiapan Mental	3,353	0,269	Baik	55,6
Perhatian Tim	3,591	0,516	Cukup baik	55,6
Konsentrasi	3,094	0,344	Cukup baik	55,6

Tabel 5  
Hasil Analisis Deskriptif Data Karakteristik Psikologis Atlet Tae Kwon Do

Atlet Cabang Olahraga			Tae Kwon Do	
N= 5				
Aspek Psikologis	Rerata	SD	Kategori	Persentase
Motivasi	4,402	0,554	Sangat baik	60
Kepercayaan Diri	3,478	0,326	Baik	60
Kontrol Kecemasan	3,652	0,426	Baik	60
Persiapan Mental	3,270	0,547	Baik	60
Perhatian Tim	3,484	0,369	Cukup baik	60
Konsentrasi	3,344	0,459	Cukup baik	60

Tabel 6

Hasil Analisis Deskriptif Data Karakteristik Psikologis Atlet Atletik

Altlet Cabang olahraga	Atletik			
	N= 13			
Aspek Psikologis	Rerata	SD	Kategori	Persentase
Motivasi	4,655	0,288	Sangat baik	92,3
Kepercayaan Diri	3,478	0,413	Cukup baik	61,5
Kontrol Kecemasan	3,164	0,682	Cukup baik	46,2
Persiapan Mental	3,282	0,649	Cukup baik	46,2
Perhatian Tim	3,361	0,384	Baik	61,5
Konsentrasi	3,021	0,504	Cukup baik	46,2

Tabel 7

Hasil Analisis Deskriptif Data Karakteristik Psikologis Atlet Sepakbola

Atlet cabang olahraga	Sepakbola			
	N= 23			
Aspek Psikologis	Rerata	SD	Kategori	Persentase
Motivasi	4,713	0,203	Sangat baik	95,7
Kepercayaan Diri	3,762	0,451	Baik	47,8
Kontrol Kecemasan	3,405	0,464	Cukup baik	52,2
Persiapan Mental	3,674	0,490	Baik	69,6
Perhatian Tim	3,825	0,286	Baik	53,3
Konsentrasi	3,043	0,237	Cukup baik	82,6

aspek psikologis konsentrasi 82,6% berkategori cukup baik.

Tabel 8 menunjukkan bahwa atlet bola voli yang berjumlah 11 orang, 90,9% memiliki motivasi sangat baik; lebih dari separuh (54,5%) aspek psikologis kepercayaan diri berkategori cukup baik; kontrol kecemasan 81,8% dengan kategori cukup baik, 54,5% aspek persiapan mentalnya cukup baik, sedangkan 72,7% aspek psikologis perhatian timnya berkategori baik, dan aspek psikologis konsentrasi lebih dari separuh (54,5%) berkategori cukup baik.

Berdasarkan Tabel 9 dapat dijelaskan bahwa atlet sepak takraw yang berjumlah 15 orang, 73,3% memiliki motivasi sangat baik; lebih dari separuh (53,3%) aspek psikologis kepercayaan diri cukup baik, kontrol kecemasan 40% berkategori baik, 60% aspek persiapan mentalnya baik, sedangkan 53,3% aspek psikologis perhatian timnya berkategori baik, dan aspek

psikologis konsentrasi 66,7% berkategori cukup baik.

Berdasarkan data yang tertera pada Tabel 3 sampai dengan Tabel 9 tersebut dapat ditemukan dan dianalisis bahwa atlet PPLP cabang olahraga sepakbola memiliki motivasi, kepercayaan diri dan persiapan mental yang paling baik dibandingkan atlet PPLP cabang olahraga lainnya. Atlet PPLP taekwondo memiliki kontrol kecemasan dan konsentrasi yang paling baik dibandingkan atlet PPLP cabang olahraga lainnya, namun memiliki motivasi yang paling rendah dibandingkan cabang olahraga lain. Atlet bola voli memiliki perhatian tim (kekompakan atau saling pengertian diantara sesama anggota tim) yang paling tinggi dibandingkan atlet PPLP pada cabang olahraga lainnya, namun memiliki konsentrasi, kepercayaan diri dan persiapan mental yang paling rendah dibandingkan atlet cabang olahraga lain. Sedangkan atlet cabang olahraga atle-

Tabel 8  
Hasil Analisis Deskriptif Data Karakteristik Psikologis Atlet Bola Voli

Atlet cabang olahraga	Bola Voli			
	N= 11			
Aspek Psikologis	Rerata	SD	Kategori	Persentase
Motivasi	4,719	0,203	Sangat baik	90,9
Kepercayaan Diri	3,274	0,339	Cukup baik	54,5
Kontrol Kecemasan	3,150	0,340	Cukup baik	81,8
Persiapan Mental	2,893	0,506	Cukup baik	54,5
Perhatian Tim	3,948	0,400	Baik	72,7
Konsentrasi	2,869	0,444	Cukup baik	54,5

Tabel 9  
Hasil Analisis Data Karakteristik Psikologis Atlet Sepak Takraw

Atlet cabang olahraga	Sepak Takraw			
	N = 15			
Aspek Psikologis	Rerata	SD	Kategori	Persentase
Motivasi	4,486	0,333	Sangat baik	73,3
Kepercayaan Diri	3,402	0,325	Cukup baik	53,3
Kontrol Kecemasan	3,318	0,724	Baik	40
Persiapan Mental	3,154	0,535	Cukup baik	60
Perhatian Tim	3,638	0,480	Baik	53,3
Konsentrasi	2,951	0,396	Cukup baik	66,7

Atlet memiliki aspek psikologis tingkat perhatian tim yang paling rendah, dan atlet pencak silat memiliki kontrol kecemasan yang paling rendah dibandingkan cabang olahraga lainnya.

#### Hasil Pengujian Persyaratan Analisis Varians

Penelitian ini selain bertujuan untuk mendeskripsikan karakteristik psikologis atlet-atlet di PPLP sebagaimana tersebut di atas, juga bertujuan untuk mengetahui perbedaan karakteristik psikologis atlet berbagai cabang olahraga tersebut. Untuk mengungkap tujuan dari penelitian yang kedua ini diperlukan analisis statistik inferensial yang memenuhi persyaratan analisis varians, yaitu uji normalitas, dan homogenitas.

#### Hasil uji normalitas

Berdasarkan Tabel 10 menunjukkan bahwa hasil pengujian normalitas data karakteristik psikologis atlet PPLP yang

mencakup aspek-aspek psikologis motivasi, kepercayaan diri, kontrol kecemasan, persiapan mental, perhatian tim dan konsentrasi menunjukkan data terdistribusi normal, karena semua nilai signifikan lebih besar dari  $\alpha = 0,05$  ( $p > 0,05$ ).

#### Hasil uji homogenitas

Hasil uji homogenitas terlihat pada Tabel 11. Uji homogenitas varians dalam penelitian ini memakai statistik *Levene's Test* (Nurdiyantoro, dkk., 2002). Perhitungan statistik dengan memakai teknik *Levene's Test* ini pada dasarnya adalah membandingkan nilai  $F$  hitung ( $F_o$ ) dengan  $F$  tabel ( $F_t$ ) pada derajat kebebasan ( $df$ ) tertentu dengan taraf signifikansi 5%. Tabel 11 menunjukkan bahwa hasil pengujian homogenitas varians pada aspek-aspek psikologis motivasi taraf signifikansinya ( $p=4,655$ ), kepercayaan diri ( $p=1,848$ ), kontrol kecemasan ( $p=4,505$ ), persiapan mental ( $p=0,600$ ), perhatian tim ( $p=1,779$ ) dan konsentrasi ( $p=3,302$ ). Mengacu pada

Tabel 10

Hasil Uji Normalitas Data Karakteristik Psikologis

Karakteristik Psikologis:	Signifikansi	Keterangan	Status
Motivasi	1,484	$p>0,05$	Normal
Kepercayaan Diri	0,927	$p>0,05$	Normal
Kontrol Kecemasan	0,886	$p>0,05$	Normal
Persiapan Mental	0,975	$p>0,05$	Normal
Perhatian Tim	1,180	$p>0,05$	Normal
Konsentrasi	1,224	$p>0,05$	Normal

Tabel 11

Hasil Uji Homogenitas

Karakteristik Psikologis	Signifikan	Keterangan	Status
Motivasi	4,655	$p>0,05$	Homogen
Kepercayaan Diri	1,848	$p>0,05$	Homogen
Kontrol Kecemasan	4,505	$p>0,05$	Homogen
Persiapan Mental	0,600	$p>0,05$	Homogen
Perhatian Tim	1,779	$p>0,05$	Homogen
Konsentrasi	3,302	$p>0,05$	Homogen

hasil perhitungan dengan taraf signifikansi seperti itu dapat dikatakan bahwa nilai untuk semua aspek psikologis tersebut variasinya tidak berbeda secara signifikan atau dengan kata lain keenam aspek psikologis dikatakan homogen karena setelah diuji untuk semua nilai  $p$ -nya lebih besar dibanding 0.05.

#### Hasil Analisis Varians

Hasil analisis varians perbedaan karakteristik psikologis antara olahraga individual (panahan, atletik, taekwondo, dan pencak silat), dengan olahraga tim (sepakbola, bola voli, dan sepak takraw) dapat dilihat pada Tabel 12.

Berdasarkan hasil perhitungan seperti pada Tabel 12, dapat dijelaskan bahwa karakteristik psikologis (motivasi, kepercayaan diri, kontrol kecemasan, persiapan mental, perhatian tim dan konsentrasi) antara olahraga tim dengan olahraga individual dengan  $F$  hitung (0,111) dan taraf signifikan pada  $p=0,739$ . Karena  $p=0,739>0,05$  ( $p>0,05$ ) berarti tidak ada perbedaan yang bermakna.

Untuk mengetahui perbedaan antar cabang olahraga (panahan, pencak silat, taekwondo, atletik, sepakbola, bola voli, dan sepak takraw) dalam hal karakteristik psikologisnya (motivasi, kepercayaan diri, kontrol kecemasan, persiapan mental, perhatian tim dan konsentrasi), maka dilanjutkan dengan uji beda menggunakan uji *Least Significance Difference* (LSD). Hasil perhitungan uji LSD dapat dilihat pada Tabel 13.

Berdasarkan Tabel 13 diperoleh harga  $F$  hitung = 2,391 dan  $p<0,05$  untuk aspek motivasi, kepercayaan diri ( $F=3,544$ ,  $p<0,05$ ), dan perhatian tim ( $F=3,581$ ,  $p<0,05$ ). Ini berarti bahwa terdapat perbedaan yang signifikan karakteristik psikologis aspek motivasi, kepercayaan diri, perhatian tim diantara berbagai cabang olahraga (panahan, pencak silat, taekwondo, atletik, sepakbola, bola voli, sepak takraw). Sedangkan untuk karakteristik psikologis aspek kontrol kecemasan ( $F=1,878$ ,  $p>0,05$ ), persiapan mental ( $F=2,904$ ,  $p>0,05$ ), dan konsentrasi ( $F=1,679$ ,  $p>0,05$ ). Ini berarti tidak terdapat perbedaan yang signifikan aspek psikologis

Tabel 12

Hasil Perhitungan Analisis Varians Perbedaan Karakteristik Psikologis ditinjau dari Tipe Olahraga (Tim dan Individual)

Karakteristik Psikologis	N	Mean	F	P
Olahraga Tim	49	3,615	0,111	0,739
Olahraga Individual	55	3,616		

Tabel 13

Rangkuman Hasil Perhitungan Analisis Varians Perbedaan Karakteristik Psikologis Atlet PPLP ditinjau dari Berbagai Cabang Olahraga

Sumber	Aspek Psikologis	JK	Db	RK	F	P
<b>Antar K</b>	Motivasi	1,002	6	0,167	2,391	0,034
	Kepercayaan Diri	3,999	6	0,677	3,544	0,003
	Kontrol Kecemasan	5,031	6	0,838	1,878	0,092
	Persiapan Mental	5,413	6	0,902	2,904	0,012
	Perhatian Tim	3,629	6	0,605	3,581	0,003
	Konsentrasi	1,787	6	0,298	1,679	0,134
<b>Dalam K</b>	Motivasi	6,777	97	-	-	-
	Kepercayaan Diri	18,243	97	-	-	-
	Kontrol Kecemasan	43,314	97	-	-	-
	Persiapan Mental	30,138	97	-	-	-
	Perhatian Tim	16,387	97	-	-	-
	Konsentrasi	17,205	97	-	-	-
<b>Total</b>	Antar K	20,861	103			
	Dalam K	132,064	103			

kontrol kecemasan, persiapan mental, dan konsentrasi diantara berbagai cabang olahraga (panahan, pencak silat, taekwondo, atletik, sepakbola, bola voli, dan sepak takraw).

Berdasarkan data-data di atas ditemukan juga bahwa atlet sepakbola memiliki motivasi, kepercayaan diri dan persiapan mental yang paling baik (tinggi) dibandingkan atlet PPLP cabang olahraga lainnya. Atlet taekwondo memiliki kontrol kecemasan dan konsentrasi yang paling baik, namun memiliki motivasi yang paling rendah dibandingkan cabang olahraga lain. Atlet bola voli memiliki perhatian tim yang paling tinggi dibandingkan atlet pada cabang olahraga lainnya, namun memiliki konsentrasi, kepercayaan diri dan persiapan mental yang paling rendah. Sedangkan atlet cabang

olahraga atletik memiliki perhatian tim yang paling rendah, dan atlet pencak silat memiliki kontrol kecemasan yang paling rendah dibandingkan cabang olahraga lainnya.

## Diskusi

### *Deskripsi Karakteristik Psikologis Atlet Cabang Olahraga di PPLP*

Berdasarkan hasil analisis data sebagaimana tersebut di atas dapat dijelaskan bahwa atlet-atlet yang tergabung di PPLP memiliki karakteristik psikologis sebagai berikut: atlet PPLP sepakbola memiliki motivasi, kepercayaan diri dan persiapan mental yang paling baik dibandingkan atlet PPLP cabang olahraga lainnya. Atlet PPLP taekwondo memiliki

kontrol kecemasan dan konsentrasi yang paling baik dibandingkan atlet PPL cabang olahraga lainnya, namun memiliki motivasi yang paling rendah dibandingkan cabang olahraga lain. Atlet bola voli memiliki aspek psikologis perhatian tim yang paling tinggi dibandingkan atlet PPLP pada cabang olahraga lainnya, namun memiliki konsentrasi, kepercayaan diri dan persiapan mental yang paling rendah dibandingkan atlet cabang olahraga lain. Sedangkan atlet cabang olahraga atletik memiliki aspek psikologis tingkat perhatian tim yang paling rendah, dan atlet pencak silat memiliki kontrol kecemasan yang paling rendah dibandingkan cabang olahraga lainnya.

Dalam pembahasan ini cukup menarik untuk diuraikan secara khusus terkait dengan aspek konsentrasi atlet panahan yang secara umum atau hampir separuhnya (46,4%) memiliki konsentrasi cukup baik. Padahal selama ini dalam pandangan masyarakat umum panahan adalah suatu cabang olahraga yang membutuhkan konsentrasi tinggi agar berprestasi optimal, sehingga hasil penelitian aspek konsentrasi pun semestinya secara umum berkategori sangat baik atau baik. Namun, menurut Haywood (dalam Dosil, 2006);

*“Archers develop a level of confidence in their equipment and naturally, for peak performance to occur, the level of confidence needs to be high. ... Sport psychologists need to consider a range of psychological aspects of physical performance and how they impact archery in particular. Among these are anxiety/arousal, attention, confidence, mental rehearsal and dependence on performance aid.*

Berdasarkan penjelasan teori tersebut banyak faktor yang dapat mempengaruhi penampilan atlet panahan, satu diantaranya

yang paling pokok adalah kualitas alat. Kualitas alat yang baik dapat menumbuhkan kepercayaan diri dan akan bermuara pada penampilan yang optimal. Sedangkan dari aspek psikologis, banyak faktor yang berpengaruh seperti kecemasan, perhatian, kepercayaan, yang mendukung penampilan. Jadi konsentrasi bukanlah satu-satunya faktor yang menentukan keberhasilan atlet panahan. Kecemasan tidak kalah penting dibandingkan aspek psikologis yang lain yang dapat menentukan penampilan atlet, dan penelitian ini secara umum atau 50% tingkat kontrol kecemasan atlet PPLP menunjukkan hasil yang sangat baik dan baik.

Menurut Singgih (1989) olahraga adalah kegiatan yang memunculkan perilaku, yang karenanya tidak terpisah dari aspek-aspek psikis yang mendasarinya. Setiap cabang olahraga memiliki karakteristik yang berbeda baik ditinjau dari aspek psikologis, fisik, jumlah atlet, peraturan dan metode latihan yang dipakai untuk meningkatkan penampilan. Oleh karenanya hasil penelitian tersebut di atas menegaskan kembali tentang berbagai penelitian dan literatur yang menunjukkan perbedaan tersebut. Seperti yang disampaikan Grossarth dan kawan-kawan (1990) bahwa faktor-faktor psikologis yang terkait keberhasilan atlet sepakbola dan tinju. Berbagai penelitian lain menunjukkan bahwa terdapat perbedaan keterampilan psikologis antara olahraga individual dan olahraga tim (Cox & Liu, 1993; Feltz & Ewing, 1987; Mahoney, dkk., 1987) dan antara jenis kelamin (Chantal, dkk., 1996; MacIntyre, dkk., 1998; Sewell & Edmondson, 1996; White, 1993). Meskipun sampai sekarang tidak begitu jelas perbedaan aspek-aspek psikologis antara atlet elit, dan non atlet elit atau sub atlet elit juga atlet junior, terlepas dari semua itu adalah penting untuk mengerti aspek-

aspek psikologis tersebut dalam proses perkembangan bakat atlet (Morris, 2000).

#### *Analisis Varians Karakteristik Psikologis*

Hasil analisis varians karakteristik psikologis tipe olahraga (Tim dan Individual) berdasarkan perhitungan statistik diperoleh hasil sebagai berikut: karakteristik psikologis (motivasi, kepercayaan diri, kontrol kecemasan, persiapan mental, perhatian tim dan konsentrasi) antara olahraga tim (sepakbola, sepak takraw, dan bola voli) dengan olahraga individual (panahan, atletik, tae kwon do, pencak silat) dengan  $F$  hitung (0,111) dan taraf signifikan pada  $p=0,739$ . Karena  $p=0,739>0,05$  ( $p>0,05$ ) berarti tidak ada perbedaan yang bermakna antara olahraga tim dan olahraga individual dalam hal karakteristik psikologis (motivasi, kepercayaan diri, kontrol kecemasan, persiapan mental, perhatian tim dan konsentrasi). Ini berarti hipotesis pertama penelitian ini tidak terbukti. Analisis lebih lanjut sekaligus untuk menjawab hipotesis nomor dua, yaitu apakah terdapat perbedaan antar cabang olahraga dalam hal karakteristik psikologisnya?. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan karakteristik psikologis aspek motivasi, kepercayaan diri, dan perhatian tim diantara semua cabang olahraga yang diteliti (panahan, pencak silat, tae kwon do, atletik, sepakbola, bola voli, dan sepak takraw). Sedangkan untuk karakteristik psikologis aspek kontrol kecemasan, persiapan mental, dan konsentrasi tidak terdapat perbedaan yang signifikan diantara berbagai cabang olahraga tersebut.

Berdasarkan hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa dilihat dari tipe olahraga (olahraga tim dan olahraga individual) tidak ada perbedaan karakteristik psikologis antara olahraga tim (sepakbola,

bola voli dan sepak takraw) dengan olahraga individu (panahan, atletik, pencak silat dan tae kwon do). Adapun analisis lebih lanjut dalam rangka menjawab hipotesis yang kedua, yaitu untuk mengetahui perbedaan karakteristik psikologis diantara cabang-cabang olahraga yang diteliti (panahan, pencak silat, tae kwon do, atletik, sepakbola, bola voli, sepak takraw) menunjukkan adanya perbedaan yang terjadi pada tiga aspek psikologis, yaitu motivasi, kepercayaan diri dan perhatian tim. Sedangkan untuk karakteristik psikologis kontrol kecemasan, persiapan mental, dan konsentrasi tidak terdapat perbedaan yang signifikan diantara cabang-cabang olahraga tersebut.

Berdasarkan hasil tersebut di atas dapat dikatakan bahwa dilihat dari tipe olahraga (olahraga tim dan olahraga individual), memang tidak terdapat perbedaan pada seluruh karakteristik psikologis (motivasi, kepercayaan diri, kontrol kecemasan, persiapan mental, perhatian tim dan konsentrasi). Namun analisis lebih lanjut untuk mengetahui perbedaan karakteristik psikologis diantara cabang olahraga yang diteliti menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pada sebagian karakteristik psikologis yaitu motivasi, kepercayaan diri, dan perhatian tim. Sedangkan dalam aspek kecemasan, persiapan mental, dan konsentrasi tidak terdapat perbedaan yang signifikan diantara cabang olahraga yang diteliti (olahraga tim dan olahraga individual).

Setidaknya analisis sebagaimana tersebut di atas dapat membuktikan bahwa terdapat perbedaan karakteristik psikologis, yaitu motivasi, kepercayaan diri, dan perhatian tim diantara cabang olahraga yang diteliti termasuk diantaranya cabang olahraga tim dan olahraga individual. Hasil ini memperkuat penelitian sebelumnya yang menegaskan bahwa terdapat

perbedaan karakteristik psiko-logis antara olahraga individual dan olahraga tim (Cox & Liu, 1993; Feltz & Ewing, 1987; Mahoney, dkk., 1987). Tedd (dalam Rushall, 1996) menegaskan bahwa variasi aspek-aspek psikologis yang berpengaruh terhadap penampilan memang tidak konsisten.

Penelitian mengenai aspek kepribadian yang merupakan bagian yang lebih umum dari aspek-aspek psikologis menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kepribadian antara cabang olahraga pegulat, perenang, atlet *baseball*, atlet bola basket dan atlet *football* (H. Slusher, dalam Singgih, 1985). Sejalan dengan ini, Singer (dalam Cox, 2002) mengatakan bahwa berdasarkan observasi yang dilakukan terhadap atlet *baseball* (olahraga tim) dalam beberapa aspek kepribadian berbeda dengan atlet tenis (olahraga individual). Hasil penelitian lain yang terhadap cabang olahraga sepakbola, gulat, senam, dan karate menunjukkan bahwa karakteristik kepribadian atlet-atlet tersebut adalah berbeda (Kroll & Crenshaw, dalam Singer, dkk., 1993).

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis statistik dan pembahasan penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa atlet di PPLP memiliki karakteristik psikologis sebagai berikut: atlet sepakbola memiliki motivasi, kepercayaan diri dan persiapan mental yang paling baik dibandingkan atlet cabang olahraga lainnya. Atlet taekwondo memiliki kontrol kecemasan dan konsentrasi yang paling baik dibandingkan atlet cabang olahraga lainnya, namun memiliki motivasi yang paling rendah. Atlet bola voli memiliki perhatian tim yang paling tinggi dibandingkan atlet cabang olahraga lainnya, namun memiliki konsentrasi,

kepercayaan diri dan persiapan mental yang paling rendah. Sedangkan atlet atletik memiliki tingkat perhatian tim yang paling rendah, dan atlet pencak silat memiliki kontrol kecemasan yang paling rendah dibandingkan cabang olahraga lainnya.

Secara umum karakteristik psikologis antara olahraga tim dengan olahraga tidak ada perbedaan yang bermakna. Namun terdapat perbedaan yang signifikan karakteristik psikologis aspek motivasi, kepercayaan diri, perhatian tim diantara cabang olahraga panahan, pencak silat, taekwondo, atletik, sepakbola, bola voli, dan sepak takraw, sedangkan untuk aspek psikologis kontrol kecemasan, persiapan mental, dan konsentrasi diantara cabang olahraga panahan, pencak silat, taekwondo, atletik, sepakbola, bola voli, dan sepak takraw tidak menunjukkan perbedaan yang berarti.

### Kepustakaan

- Bois, J.E., Sarrazin, P.G., Southon, J., & Boiche, J.C.S. (2009). Psychological characteristics and their relation to performance in professional golfers. *The Sport Psychologist*, 23, 252-270.
- Chamberlain, S.T., & Hale, B.D. (2007). Competitive state anxiety and self confidence Intensity and direction as relative predictors of performance on a golf putting task. *Anxiety, Stress and Coping*, 20, 197-207.
- Chantal, Y., Guay, F., Debreva-Martinova, T., & Vallerand, R.J. (1996). Motivation and elite performance: An exploratory investigation with Bulgarian athlete. *International Journal of Sport Psychology*, 27, 173-182.
- Cox, R.H., & Liu, Z. (1993). Psychological skills: A cross-cultural investigation

- International Journal of Sport Psychology*, 24, 326-340.
- Cox, R.H., Liu, Z., & Qiu, Y. (1996). Psychological skills of elite athletes. *International Journal of Sport Psychology*, 27, 123-132.
- Cox, R.H. (2002). *Sport psychology concepts and applications*. New York, NJ: McGraw-Hill.
- Davies, D., & Armstrong. (1989). *Psychological factors in competitive sport*. Philadelphia: The Falmer Press Taylor & Francis Inc.
- Dosil, J. (2006). *The sport psychologist's handbook: A guide for sport-specific performance enhancement*. The Atrium, Southern Gate, Chichester, West Sussex UK: John Wiley & Sons, Ltd.
- Feltz, D.L., & Ewing, M.E. (1987). Psychological characteristics of elite young athletes. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 19, 98-105.
- Grossarth-Maticek, R., Eysenck, H.J., Rieder, H., & Rakic, L. (1990). Psychological factors as determinants of success in football and boxing: The effects of behaviour therapy. *International Journal of Sport Psychology*, 21, 237-255.
- Haag, H. (1994). *Theoretical foundation of sport science as a scientific discipline: Contribution to a philosophy (meta-theory) of sport science*. Federal Republic of Germany: Verlag Karl Hofmann Schondorf.
- Hardy, L., Woodman, T., & Carrington, S. (2004). Is self-confidence a bias factor in higher-order catastrophe models? An exploratory analysis. *Journal Sport & Exercise Psychology*, 26, 359-368.
- Junge, A. (2000). The influence of psychological factors on sport injuries: Review of the literature. *American Journal of Sports Medicine*, 28, S10-S-15.
- Lutan, R. (1997). *Manusiadan Olahraga*. Bandung: ITB
- MacIntyre, T., Mahoney, C., & Moran, A. (1998). Professional sport psychology in Ireland. *Irish Journal of Psychology*, 19, 504-515.
- Mahoney, M.J., Gabriel, T.J., & Perkins, T.S. (1987). Psychological skills and exceptional athletic performance. *The Sport Psychologist*, 1, 181-199.
- May, J.R., Veach, T.L., Reed, M.W., & Griffey, M.S. (1985). A psychological study of health, injury and performance in athletes on the US alpine ski team. *Physician and Sportsmedicine*, 13, 111- 115.
- Meyers, M.C., LeUnes, A., & Bourgeois, A.E. (1996). Psychological skills assessment and athletic performance in collegiate rodeo athletes. *Journal of Sport Behaviour*, 19, 132-145.
- Morgan, W.P. (1979). Prediction of performance in athletics. In P. Klavara & J.V. Daniel (Eds.), *Coach, athlete and the sport psychologist* (pp. 172-186). Champaign, IL: HumanKinetics.
- Morris, T., & Summer, J. (1995). *Sport psychology: Theory, application, and issues*. Sydney: John Wiley & Sons.
- Morris, T. (2000). Psychological characteristics and talent identification in soccer. *Journal of Sports Sciences*, 18, 715-726.
- Nurgiyantoro, B., Gunawan, & Marzuki (2002). *Statistik terapan untuk penelitian ilmu-ilmu Sosial*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Pate, R.R., McCleanaghan, B., & Rotella, R. (1993). *Scientific foundations of coaching* (Kasiyo Dwijowinoto, Pengalih bhs.). Semarang: IKIP Semarang Press.

- Sewell, D.F., & Edmondson, A.M. (1996). Relation between field position and pre-match competitive state anxiety in soccer and field hockey. *International Journal of Sport Psychology*, 27, 159-172.
- Singer, R.N., Murphey, M., & Tennant, L.K. (1993). *Handbook of research on sport psychology*. New York: Macmillan Publishing Company.
- Singgih, D.G. (1989). *Psikologi olahraga*. Jakarta: PT BPK Gunung Mulya.
- Singgih, D.G., Monthy, P.S., & Myrna, H.R.S. (1996). *Psikologi olahraga: Teori dan Praktis*. Jakarta: PT BPK Gunung Mulya.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional (2005). Jakarta: Kementerian Negara Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia.
- Weinberg, R.S., & Gould, D. (2003). *Foundation of sport and exercise psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- White, S.A. (1993). The relationship between psychological skills, experience, and practice commitment among collegiate male and female skiers. *The Sport Psychologist*, 7, 49-57.
- Williams, A.M., & Reilly, T. (2000). Talent identification and development in soccer. *Journal of Sport Science*, 18(9), 657-667.
- Williams, J.M., & Krane, V. (2001). Applied sport psychology: Personal growth to peak performance. Mountain View, CA: Mayfield.
- Zinseer, N., Bunker, L., & Williams, J.M. (2001). Cognitive techniques for building confidence and enhancing performance. In J.M. Williams (Ed.). *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance*. Mountain View, CA: Mayfield.