

## BAB IV

### PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

#### A. Identifikasi Variabel Penelitian

##### 1. Orientasi Kanchah

Penelitian ini dilaksanakan di Kota Yogyakarta. Penelitian ini melibatkan 60 atlet atletik yang berasal dari Kota Yogyakarta. Alasan peneliti memilih Kota Yogyakarta sebagai lokasi tempat penelitian yaitu didasarkan pada observasi dan wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti terhadap atlet atletik di daerah Kota Yogyakarta. Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan, ditemukan bahwa seorang atlet khususnya cabang olahraga atletik cenderung mengalami kecemasan saat bertanding, dari hasil uji coba juga mendapat hasil bahwa kecemasan bertanding pada atlet atletik di kota Yogyakarta tergolong tinggi. Kecemasan pada atlet dapat dilihat dari gejala fisik dan psikis yang berupa keringat dingin, gemetar, jantung berdetak kencang, muncul pikiran negatif, pesimis dan menurunnya semangat dalam bertanding, hal tersebut dapat mempengaruhi performa atlet dan berdampak pada penampilan atlet dalam pertandingan.

Penelitian ini dilakukan dengan cara mendatangi langsung salah satu club cabang olahraga atletik yang berada di Kota Yogyakarta. Selain itu, peneliti juga melakukan pengambilan data dengan *google form*, karena dengan *google form* peneliti akan lebih mudah dalam memperoleh responden.

## 2. Persiapan Penelitian

### a. Persiapan Administrasi

Sebelum dilakukannya penelitian, peneliti melakukan persiapan administrasi dengan mengurus surat ijin penelitian menggunakan *inform concert*, dengan meminta kesediaan kepada responden untuk mengikuti penelitian ini. Selain itu sebelum proses pengambilan data melalui kuesioner *google form*, peneliti menghubungi subjek melalui chat untuk meminta izin atas kesediaannya sebagai subjek penelitian. Setelah subjek setuju dan bersedia maka selanjutnya subjek diminta untuk mengisi identitas diri dan sejumlah pernyataan melalui link yang dikirimkan peneliti kepada subjek.

### b. Persiapan Alat Ukur Penelitian

Alat ukur yang digunakan untuk proses pengambilan data dalam penelitian ini meliputi dua skala yaitu skala kecemasan bertanding berdasarkan teori yang dikembangkan Amir (2012), dan skala strategi coping yang dikembangkan berdasarkan teori Lazzarus dan Folkman (Setiawan, Abidin, Sodjakusumah, 2020). Sebelum *try out* dilaksanakan, aitem dalam skala yang akan digunakan penelitian, dianalisa dengan bantuan *profesional judgement* kepada dosen psikologi. Proses *try out* dilaksanakan dengan subjek atlet atletik yang berjumlah 30 subjek yang dijadikan uji validitas dan uji reliabilitas kuesioner.

### c. Hasil Uji Coba Alat Ukur

Uji Validitas dilakukan terhadap skala kecemasan bertanding yang terdiri dari 10 aitem pernyataan dan skala strategi coping yang terdiri dari 30 aitem pernyataan. Alat ukur dinyatakan valid jika memiliki korelasi aitem total sebesar 0,25 (Azwar, 2012).

#### 1) Skala Kecemasan Bertanding

Jumlah aitem pada skala *try out* dalam penelitian ini adalah 10 aitem. Setelah pelaksanaan *try out* didapatkan hasil korelasi aitem bergerak antara 0,651-0,845 dengan koefisien validitas 0,346. Aitem dinyatakan valid jika memiliki daya  $>0,25$  (Azwar, 2012). Hal tersebut menunjukkan seluruh aitem sebanyak 10 aitem dinyatakan valid sehingga lolos seleksi, dan dapat digunakan dalam penelitian. Berdasarkan analisis tersebut, diperoleh koefisien reliabilitas skala *alpha* sebesar 0,806. Hal ini menunjukkan bahwa skala kecemasan bertanding dapat dikatakan reliabel untuk digunakan. Adapun sebaran aitem setelah *try out* dapat dilihat dalam tabel berikut ini:

Tabel 4.1 Distribusi Aitem Skala Kecemasan Bertanding Setelah Uji Coba

No	Indikator	Nomer Item	Jml
		<b>F</b>	
1.	Gejala Fisik	3, 4, 5, 6, 9	5
2.	Gejala Psikis	1, 2, 7, 8, 10	5
	<b>Total</b>	10	10

#### 2) Skala Strategi Coping

Jumlah aitem pada skala *try out* dalam penelitian ini adalah 30 aitem. Hasil korelasi aitem bergerak antara 0,405 sampai 0,658

dengan koefisien validitas 0,451. Aitem dinyatakan valid jika memiliki daya diskriminasi  $p > 0,25$  dari pelaksanaan *try out* yang sudah dilaksanakan terdapat 30 aitem yang dinyatakan valid, sehingga dinyatakan lolos seleksi dan dapat digunakan dalam penelitian. Berdasarkan analisis tersebut, diperoleh koefisien reliabilitas skala *alpha* sebesar 0,873 Hal ini menunjukkan bahwa skala strategi coping dapat dikatakan reliabel untuk digunakan. Adapun sebaran aitem setelah *try out* dapat dilihat dalam tabel berikut ini:

Tabel 4.2 Distribusi Aitem Skala Strategi Coping Setelah Uji Coba

No	Aspek	Indikator	Nomer Item		Total
			F	UF	
1.	Problem focused coping	<i>a. Seeking social instrumental support.</i> Mencoba untuk memperoleh dukungan sosial dari orang lain.	1, 3, 5	8, 12,	5
		<i>b. Active coping</i> proses pengambilan langkah secara aktif dengan mencari cara untuk mengatasi pengaruh dari sumber tekanan.	2, 9, 11	4, 6,	5
		<i>c. Planning.</i> Menetapkan dan melaksanakan tujuan untuk mencapai spesifik, merencanakan serta memiliki “game plan” mengenai jalannya pertandingan.	14, 16, 19	15, 20	5
2.	Emotion focused coping	<i>a. Positive reinterpretation and growth,</i> tumbuh sebagai hasil pengalaman dan mengambil sisi positif dari hal yang terjadi.	24, 25, 28	26, 27	5

b.Religious, peningkatan keterlibatan dalam kegiatan religius.	7, 17, 21,	10, 18,	5
c. <i>Seeking emosional social support</i> , yaitu mencari saran, bantuan atau informasi dukungan secara emosional.	22, 23,3 0	29, 13	5
<b>Total</b>	15	15	30

## B. Laporan Pelaksanaan Penelitian

Pelaksanaan pengambilan data dalam penelitian ini dilaksanakan selama 10 hari yaitu pada tanggal 29 Juli sampai dengan 9 Agustus 2022. Penelitian dilakukan di Kota Yogyakarta dengan jumlah responden 60 yang merupakan seorang atlet atletik. Proses pengambilan data dilakukan pada atlet dengan menyebarkan kuesioner secara *online* melalui whatsapp menggunakan *google form*. Pada saat pemberian kuesioner peneliti memberikan penjelasan petunjuk dalam pengisian kuesioner. Setelah kuesioner selesai diisi oleh subjek, peneliti kemudian membagikan reward kepada subjek. Jumlah kuesioner yang disebarkan sebanyak 100 angket dan terisi 60 angket.

## C. Hasil Penelitian

### 1. Deskripsi Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian adalah atlet atletik Kota Yogyakarta. Jumlah subjek yang terlibat dalam penelitian ini berjumlah 60 subjek. Sebaran subjek dapat dilihat pada Tabel 4.3:

Tabel 4.3 Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Usia

No	Usia	Jumlah	Presentase
1.	13-14 Tahun	12	20%
2.	15-17 Tahun	13	21,9%
3.	19-21 Tahun	17	28,1%
4.	23-25 Tahun	18	30%
<b>Total</b>		<b>60</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel tersebut, dapat diketahui bahwa subjek dalam penelitian ini yang berusia 13-14 tahun berjumlah 12 orang (20%), subjek yang berusia 15-17 berjumlah 13 orang (21,1%), subjek yang berusia 19-21 berjumlah 17 orang (28,1%), dan subjek yang berusia 23-25 berjumlah 18 orang (30%).

Tabel 4.4 Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Jumlah	Presentase
1.	Laki-laki	15	33,3%
2.	Perempuan	45	66,7%
<b>Total</b>		<b>60</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel tersebut, dapat diketahui bahwa subjek dalam penelitian ini yang berjenis kelamin laki-laki berjumlah 15 orang (33,3%), dan subjek yang berjenis kelamin perempuan berjumlah 45 orang (66,7%).

## 2. Deskripsi Data Penelitian

Hasil analisis deskriptif penelitian berfungsi untuk mengetahui tingkat kecemasan bertanding dan strategi coping pada atlet atletik. Peneliti menetapkan kriteria kategorisasi, sehingga data yang diperoleh

dapat dikelompokkan berdasarkan keadaan subjek. Distribusi data tersebut dijelaskan pada tabel sebagai berikut:

**Tabel 4.5 Mean Hipotetik dan Mean Empirik Skala Kecemasan**

Variabel	Hipotetik				Empirik			
	Min	Max	Mean	SD	Mn	Max	Mean	SD
Kecemasan Bertanding	10	38	7,729	7,45	5	16	4,45	7,72

Deskripsi data penelitian kecemasan bertanding, respon jawaban terendah 1 dan yang tertinggi 4 dengan jumlah aitem valid sebanyak 10 adapun kemungkinan skor terendah 10 dan skor tertinggi adalah 38 dengan *mean* hipotetik sebesar 7,729. Data hasil penelitian menunjukkan bahwa skor terendah dari skala kecemasan bertanding adalah 5 dan skor tertinggi adalah 16 dengan *mean* empirik sebesar 24,45. Hal tersebut menunjukkan bahwa mean empirik lebih tinggi daripada mean hipotetik, yaitu  $7,729 > 4,45$  sehingga dapat disimpulkan bahwa perilaku kecemasan bertanding tergolong tinggi. Berikut penjabaran tiga kategorisasi:

**Tabel 4.6 Kategorisasi Skor Kecemasan Bertanding**

Variabel	Kategori	Rentang Nilai	Frekuensi	Presentase
Kecemasan Bertanding	Tinggi	$X \geq 36$	49	80%
	Sedang	$36 \leq X < 28$	11	20%
	Rendah	$X < 28$	0	0%
<b>Total</b>			60	100%

Berdasarkan kategorisasi pada tabel 8, diperoleh data bahwa model sebaran frekuensi kecemasan bertanding pada kelompok tinggi memiliki skor diatas 36, kelompok sedang memiliki skor antara 28 sampai 36,

sedangkan skor rendah memiliki skor 28. Berdasarkan kategorisasi tersebut juga diperoleh data bahwa terdapat 49 subjek (80%) memiliki kecemasan bertanding tinggi, terdapat 11 subjek (20%) memiliki kecemasan bertanding sedang, dan tidak ada subjek yang memiliki kecemasan rendah. Hal tersebut berarti skor kecemasan pada sebagian besar subjek penelitian termasuk para kategori tinggi.

Tabel 4.7 Mean Hipotetik dan Mean Empirik Skala Strategi Coping

Variabel	Hipotetik				Empirik			
	Min	Max	Mean	SD	Mn	Max	Mean	SD
Strategi Coping	1	2	1,709	4,583	86	401	116	12,4

Deskripsi data penelitian strategi coping, respon jawaban terendah 1 dan yang tertinggi 4 dengan jumlah aitem valid sebanyak 30 adapun kemungkinan skor terendah 1 dan skor tertinggi adalah 2 dengan *mean* hipotetik sebesar 1,709. Data hasil penelitian menunjukkan bahwa skor terendah dari skala kecemasan bertanding adalah 86 dan skor tertinggi adalah 401 dengan *mean* empirik sebesar 116. Hal tersebut menunjukkan bahwa *mean* empirik lebih tinggi daripada *mean* hipotetik, yaitu  $1,709 > 116$  sehingga dapat disimpulkan bahwa perilaku strategi coping tergolong tinggi. Berikut penjabaran tiga kategorisasi:

Tabel 4.8 Kategorisasi Skor Strategi Coping

Variabel	Kategori	Rentang Nilai	Frekuensi	Presentase
Strategi Coping	Tinggi	$X \geq 84$	27	40%
	Sedang	$73 \leq X < 84$	29	45%
	Rendah	$X < 52$	3	15%
<b>Total</b>			60	100%



Berdasarkan kategorisasi pada tabel 10, diperoleh data bahwa model sebaran frekuensi strategi coping pada kelompok tinggi memiliki skor diatas 84, kelompok sedang memiliki skor antara 73 sampai 52, sedangkan skor rendah memiliki skor 52. Berdasarkan kategorisasi tersebut juga diperoleh data bahwa terdapat 27 subjek (40%) memiliki kecemasan bertanding tinggi, terdapat 29 subjek (45%) memiliki strategi coping sedang, dan 3 subjek (15%) memiliki kecemasan rendah. Hal tersebut berarti skor kecemasan pada sebagian besar subjek penelitian termasuk para kategori sedang.

### 3. Hasil Deskripsi Statistik

#### a. Uji Daya Beda

Uji *one way Anova* digunakan untuk membandingkan kedua kelompok dari dua sampel yang berbeda. Statistik uji yang digunakan adalah uji *One Way Anova* yang akan digunakan. Pengujian hipotesis dengan menggunakan uji banding dua sampel yaitu dengan *One Way Anova* taraf signifikansi 0,05. Jika signifikansi lebih dari 0,050 maka kedua sampel memiliki rerata yang seimbang. Sedangkan hasil uji beda jumlah dan persentase strategi coping dapat dilihat pada tabel 12 berikut ini:

Tabel 4.9 Jumlah Dan Presentase Strategi Coping

<i>Problem Focused Coping</i>		<i>Emosional Focused Coping</i>	
Frekuensi	Presentase	Frekuensi	Presentase
16	33,3%	39	66,7%

Berdasarkan tabel tersebut diketahui bahwa sebanyak 16 subjek menggunakan *problem focused coping* dengan presentase 33,3%. Sedangkan sebanyak 39 subjek menggunakan *emotional focused coping* dengan presentase 66,7%. Sedangkan rangkuman jumlah dan presentase strategi coping berdasarkan jenis kelamin terdapat pada tabel 13 sebagai berikut:

Tabel4.10 Jumlah Dan Presentase Strategi Coping

<i>Problem Focused Coping</i>		<i>Emosional Focused Coping</i>	
Frekuensi	Presentase	Frekuensi	Presentase
16	33,3%	39	66,7%

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui secara keseluruhan bahwa *emotional focused coping* lebih dominan dimiliki pada atlet atletik dibandingkan *problem focused coping*, baik itu yang berjenis kelamin laki-laki maupun perempuan. Berikut paparan hasil rata-rata skor penyesuaian diri pada kedua kelompok sampel tersebut:

Tabel4.11 Deskripsi Data Skor Kecemasan Bertanding

	<b>N</b>	<b>Min</b>	<b>Max</b>	<b>Mean</b>	<b>SD</b>
<i>problem focused coping</i>	16	22	60	44,65	8,086
<i>emotional focused coping</i>	39	32	86	66,68	11,269

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa rata-rata skor kecemasan pada subjek dengan *problem focused coping* adalah sebesar 44,65 dengan nilai tertinggi 60 dan nilai terendah 22 serta standar

deviasi sebesar 8,086. Sedangkan subjek dengan *emotional focused coping* nilai rata-rata sebesar 66,68 dengan nilai tertinggi 86 dan nilai terendah 32 serta standar deviasi sebesar 11,269. Berdasarkan nilai mean tersebut, maka dapat diketahui bahwa tingkat kecemasan bertanding yang diperoleh yaitu terdapat 5 subjek memperoleh skor diatas rata-rata, dan 15 subjek memperoleh skor dibawah rata-rata. Sedangkan pada subjek dengan *emotional focused coping* terdapat 25 subjek memperoleh skor tinggi rata-rata, dan 15 subjek memperoleh skor rata-rata. Berikut analisis mean plot yang dapat dilihat dari grafik:

Gambar 4.1 Grafik Posisi Mean Tiap Kelompok



Berdasarkan grafik tersebut dapat melihat bahwa posisi mean kecemasan bertanding dari masing-masing kelompok strategi coping, yaitu *problem focused coping* (1) dan *emotional focused coping* (2). Arti dari grafik tersebut adalah atlet dengan kecenderungan *problem*

*focused coping* sebagai strategi coping memiliki tingkat kecemasan bertanding yang lebih tinggi. Sedangkan sebaliknya, atlet dengan kecenderungan *emotional focused coping* sebagai strategi coping memiliki tingkat kecemasan bertanding yang lebih rendah.

#### 4. Hasil Uji Asumsi

##### a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data dalam penelitian terdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dengan menggunakan SPSS yaitu dengan menggunakan perhitungan One sampel *Kolmogrov Smirnov*. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui normal atau tidak sebaran data adalah jika  $p > 0,05$  maka sebaran dinyatakan normal, sebaliknya jika  $p < 0,05$  maka sebaran dinyatakan tidak normal (Azwar, 2012). Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.12 Hasil Uji Normalitas

Variabel	Nilai Signifikansi	Keterangan
Kecemasan Bertanding	0,055	Normal
Strategi Coping	0,200	Normal

Berdasarkan hasil pengolahan data menggunakan *Kolmogrov Smirnov*, dapat diketahui bahwa nilai signifikansi ( $p$ ) variabel kecemasan bertanding sebesar 0,055 dan variabel strategi coping sebesar 0,200 ( $p > 0,05$ ). Hasil uji normalitas kedua variabel tersebut

menunjukkan bahwa data kecemasan bertanding dan strategi coping berdistribusi normal.

#### b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas digunakan untuk mengetahui perbedaan frekuensi atau proposi antara variabel dalam satu kelompok yang diujikan. kedua variabel bersifat linear atau tidak. Kaidah uji homogenitas dapat dikatakan homogen apabila nilai signifikansi ( $p$ ) menunjukkan  $p > 0,05$ , maka dapat dikatakan bahwa variandari dua atau lebih kelompok data adalah sama atau homogen. Akan tetapi nilai signifikansi ( $p$ ) menunjukkan  $p < 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa sebaran data heterogen. (Azwar,2012). Hasil uji homogenitas levene's test skala dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.13 Hasil Uji Homogenitas

Variabel	F	P	Keterangan
Kecemasan Bertanding Strategi Coping	0,837	0,289	Homogen

Berdasarkan hasil uji homogenitas tersebut. Dapat diketahui bahwa test skala kecemasan bertanding menunjukkan nilai  $F=0,837$  dan  $p=0,289$  ( $p > 0,05$ ). Sehingga hasil tersebut menunjukkan bahwa data kecemasan bertanding pada dua kelompok strategi coping memiliki hasil homogen. Hal ini dapat diartikan bahwa sebaran data variabel kecemasan strategi coping memiliki keragaman nilai yang sama atau berasal dari populasi yang sama (Kadir, 2015).

#### 4. Hasil Uji Hipotesis

Setelah dilakukan uji normalitas dan uji homogenitas, maka dilanjutkan dengan melakukan uji hipotesis. Uji hipotesis menggunakan non parametric bertujuan untuk melihat pembuktian dari hipotesis yang telah peneliti ajukan yaitu apakah ada perbedaan kecemasan dengan strategi coping pada atlet atletik. Berdasarkan uji Normalitas diketahui bahwa kedua variabel memiliki distribusi data normal, sehingga uji hipotesis ini menggunakan uji *one way anova*. Berikut hasil uji hipotesis:

Tabel 4.14 Hasil Uji Hipotesis

	<b>F</b>	<b>Sig</b>
Perbedaan Kecemasan Bertanding	1,124	0,289

Berdasarkan hasil uji anova tersebut, data menunjukkan bahwa diperoleh F hitung sebesar 1,124 dengan signifikan  $p=0,289$  ( $p>0,05$ ). Hasil ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan dari variabel strategi coping dengan variabel kecemasan bertanding. Oleh sebab itu hipotesis penelitian ini tidak diterima.

#### D. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan kecemasan dalam menghadapi pertandingan ditinjau dari strategi coping pada atlet atletik. Penelitian ini melibatkan 60 atlet atletik yang berasal dari Kota Yogyakarta. Proses pengambilan data dilakukan pada atlet dengan menyebarkan kuisioner secara *online* menggunakan *google form*.

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan teknik *Kolmogrov Smirnov*, dapat diketahui bahwa nilai signifikansi ( $p$ ) variabel kecemasan bertanding sebesar 0,055 dan variabel strategi coping sebesar 0,200 ( $p > 0,05$ ). Selain itu berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diperoleh hasil uji anova data menunjukkan bahwa diperoleh  $F$  hitung sebesar 1,124 dengan signifikan  $p = 0,289$  ( $p < 0,05$ ). Hasil ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan dari kedua variabel kecemasan bertanding dengan strategi coping.

Kesimpulan hipotesis penelitian ini tidak diterima. Artinya semakin tinggi kecemasan bertanding maka kecenderungan strategi coping semakin rendah, sebaliknya semakin rendah kecemasan bertanding maka strategi coping cenderung semakin tinggi. Hal ini sesuai dengan penelitian Luthfi dan Abdul (2018) dari hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa semakin baik strategi coping yang dimiliki, maka semakin rendah juga kecemasan yang dimiliki. Maka dari itu kecemasan bertanding dan strategi coping seorang atlet atletik dapat dipengaruhi oleh faktor lain.

Faturrahman (2017) menjelaskan bahwa faktor penampilan pada atlet atletik berpengaruh terhadap kecemasan bertanding dan strategi coping. Hal ini menunjukkan bahwa kecemasan pada atlet timbul karena adanya kekhawatiran, dan pikiran negatif. Atlet akan cenderung tampil buruk, dan merasa bahwa lawannya superior. Atlet akan cenderung takut mengalami kekalahan berulang sehingga kondisi tersebut dapat berdampak pada penampilan individu dalam sebuah perlombaan, serta dapat menurunkan kepercayaan diri. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian Luthfi dan Abdul

(2018), kecemasan merupakan salah satu faktor yang cenderung mempengaruhi penampilan seseorang atlet.

Selain itu., hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa kecemasan bertanding masuk dalam kategori tinggi yaitu berjumlah 49 responden, sedangkan pada kategorisasi strategi *coping* masuk dalam kategori sedang yaitu berjumlah 29 responden. Berdasarkan analisis uji daya beda untuk mengetahui pemilihan jenis strategi *coping* yang paling banyak digunakan atlet dapat diketahui bahwa, sebanyak 16 subjek menggunakan *problem focused coping* dengan presentase 33,3%. Sedangkan sebanyak 39 subjek menggunakan *emotional focused coping* dengan presentase 66,7%.

Nilai *mean problem focused coping* sebesar 44,65 dengan nilai tertinggi 60 dan nilai terendah 22 serta standar deviasi sebesar 8,086. Sedangkan subjek dengan *emotional focused coping* nilai rata-rata sebesar 66,68 dengan nilai tertinggi 86 dan nilai terendah 32 serta standar deviasi sebesar 11,269. Hal tersebut dapat diketahui secara keseluruhan bahwa *emotional focused coping* lebih dominan dimiliki pada atlet atletik dibandingkan *problem focused coping*, baik itu yang berjenis kelamin laki-laki maupun perempuan.

Hal tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar atlet atletik cenderung menggunakan *emotional focused coping* sebagai strategi *coping* dan memiliki tingkat kecemasan bertanding yang lebih tinggi (baik). Sebaliknya, hanya beberapa atlet atletik yang menggunakan *problem focused coping* sebagai strategi *coping* dan memiliki tingkat kecemasan bertanding



yang lebih rendah. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kristamuliana & Simak (2020) yang menyatakan *coping* yang berfokus pada emosi (*emotional focused coping*) lebih banyak digunakan daripada *coping* yang berfokus pada masalah (*problem focused coping*).

Berdasarkan hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data pada variabel kecemasan bertanding dan strategi *coping* berdistribusi normal. Selanjutnya, dari hasil uji homogenitas dapat diketahui bahwa test skala kecemasan bertanding menunjukkan nilai  $F=0,837$  dan  $p=0,289$  ( $p>0,05$ ), hasil tersebut menunjukkan bahwa data kecemasan bertanding pada dua kelompok strategi *coping* memiliki hasil homogen. Hal ini dapat diartikan bahwa sebaran data variabel kecemasan strategi *coping* memiliki keragaman nilai yang sama atau berasal dari populasi yang sama (Kadir, 2015).

Hasil ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan dari variabel strategi *coping* dengan variabel kecemasan bertanding. Oleh sebab itu hipotesis penelitian ini ditolak. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Marcelina dan Maulana (2014) yang menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara strategi *coping* dengan kecemasan yang dimiliki remaja dengan nilai  $0,707$  ( $p>0,05$ ). Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan kecemasan bertanding terhadap strategi *coping* yang ditunjukkan nilai  $r^2$  sebesar  $0,005$ . Hal ini berarti lebih banyak faktor diluar penelitian yang berpengaruh pada variabel kecemasan.

Penelitian ini juga memiliki beberapa kelemahan yaitu keterbatasan teori terkait psikologi olahraga. Kemudian kelemahan dalam metode pengumpulan data penelitian ini hanya menggunakan kuesioner sehingga sulit banyak kekurangan. diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk meningkatkan kontrol dalam pengambilan data baik melalui pendampingan maupun mengobservasi responden selama proses pengambilan data. Kemudian hasil penelitian ini tidak dapat digeneralisasikan secara luas karena analisis data yang digunakan adalah *non parametric test*. Selain itu, sebaran usia dalam penelitian ini didominasi oleh usia pada rentang pada usia 19-25 tahun dan hanya sedikit subjek yang mengisi pada rentang 13-18 tahun padahal kriteria subjek penelitian berada pada usia 13-25 tahun.