

Peran *Servant Leadership* Pelatih terhadap Kecemasan Bertanding Atlet *Student*

Amin Akbar¹, Rizal Kurniawan²

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang, Indonesia
Email: aminakbar@fip.unp.ac.id, rizal.kurniawan@fip.unp.ac.id

Abstrak

Kecemasan merupakan salah satu faktor penting dalam sebuah kompetisi. Ketika seorang atlet merasa gugup, itu akan menghalangi kinerja terbaiknya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepemimpinan yang melayani dengan kecemasan dalam bertanding pada atlet yang masih duduk di bangku sekolah. Lima puluh sembilan responden yang terlibat dalam penelitian ini terdiri dari 81% laki-laki dan 78% siswa SMA. Para atletnya berasal dari berbagai cabang olahraga namun kebanyakan dari sepak bola. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuisisioner kepemimpinan pelayan dengan reliabilitas 0,89 dan kecemasan bersaing dengan reliabilitas 0,91. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara kepemimpinan yang melayani dengan kecemasan bersaing pada siswa.

Kata Kunci: *Servant-Leadership, sport anxiety, sport student.*

Abstract

Anxiety is one of the important factors in a competition. When an athlete is nervous, it will get in the way of his best performance. This study aims to determine the relationship between servant leadership and anxiety in competing in athletes who are still in school. Fifty-nine respondents involved in this study consisted of 81% male and 78% high school students. The athletes come from various sports but mostly from football. Data were collected using a servant leadership questionnaire with a reliability of 0.89 and a competitive anxiety with a reliability of 0.91. The results showed that there was no relationship between servant leadership and competitive anxiety in students.

Keywords: *Servant-Leadership, sport anxiety, sport student.*

PENDAHULUAN

Beberapa tahun terakhir kecemasan menjadi kajian yang penting dalam bidang psikologi olahraga dan telah menjadi bahan pertimbangan. Dalam olahraga yang kompetitif kecemasan menjadi faktor yang mengancam bagi atlet. Kecemasan bertanding bisa terjadi pada siapa saja bahkan tidak menutup kemungkinan pemain profesional juga akan mengalami hal tersebut. Selanjutnya penelitian Har mengenai Psychological preparation for professional athletes dimana membandingkan atlet berdasarkan kecemasan bertanding. Ketika ditempatkan dalam situasi gelisah, pemain yang memiliki kecemasan tinggi menunjukkan peningkatan besar dalam rangsangan fisiologis, sehingga mereka lebih rentan untuk gagal dalam suatu kompetisi. Senada dengan penelitian di atas, hasil penelitian yang dilakukan oleh Khan menemukan bahwa kecemasan memiliki efek signifikan pada kinerja fisiologis, psikologis dan perilaku keseluruhan olahragawan, hal tersebut berarti bahwa kecemasan secara signifikan mempengaruhi kinerja atlet secara keseluruhan.

Sebuah riset tentang Effects of Anxiety on Athletic Performance menemukan bahwa terdapat tingkat variasi yang tinggi dalam kecemasan yang dialami oleh atlet dan memungkinkan adanya implikasi terhadap menurunnya performa atlet dan dalam penelitian ini juga disarankan agar pelatih dapat menemukan teknik yang tepat untuk menunjang performa atlet tersebut. Pelatih mengambil peran yang cukup besar terkait dengan performa atletnya di lapangan pertandingan, tidak hanya secara fisik dan taktik lebih besar lagi pelatih juga harus memastikan kondisi psikologis pemain atau atletnya

dalam kondisi siap untuk berlaga.

Pada konteks psikologi, pelatih bisa memainkan peran lebih untuk mengurangi kecemasan atlet dengan menerapkan gaya kepemimpinannya didalam atau luar lapangan. *Servant leadership* yang diterapkan pelatih memungkinkan untuk membantu mengurangi kecemasan bertanding atlet saat bertanding. Penelitian yang dilakukan oleh Utami menemukan bahwa persepsi terhadap gaya kepemimpinan pelatih berhubungan dengan kecemasan bertanding pada atlet, lebih lanjut hasil penelitian ditemukan bahwa semakin baik persepsi atlet terhadap kepemimpinan pelatih maka semakin menurunkan kecemasan bertanding pada atlet. Hasil penelitian Utami hanya mengkaji persepsi atlet terhadap kepemimpinan pelatih. Sementara kecemasan bertanding yang dialami oleh atlet dapat dikontrol melalui gaya kepemimpinan pelatih. Berdasarkan hal di atas perlu diadakan penelitian lebih lanjut mengenai peran kepemimpinan pelatih yang lebih spesifik yaitu *servant leadership*. Sehingga penelitian yang akan dilakukan mengkaji *servant leadership* pelatih sebagai prediktor kecemasan bertanding pada atlet student.

Kecemasan bertanding

Kecemasan bertanding merupakan suatu respons emosional negatif yang spesifik terhadap stresor kompetitif. Kecemasan dapat diartikan sebagai suatu keadaan emosi yang ditandai dengan gairah (*arousal*) fisiologis, perasaan yang tidak menyenangkan dari ketegangan dan rasa takut terkait kejadian yang akan datang. Selanjutnya kecemasan bertanding sebagai suatu keinginan untuk memahami kondisi pertandingan dan menganggap kondisi tersebut sebagai faktor mengancam, lebih lanjut lagi respon terhadap situasi pertandingan tersebut sering diwujudkan dalam bentuk rasa khawatir dan stress.

Dapat disimpulkan bahwa kecemasan bertanding yaitu sebuah respon negatif dari individu yang disebabkan adanya rasa tegang dan takut tentang kejadian di masa yang akan datang. Terdapat beberapa aspek dalam kecemasan bertanding yang dikemukakan antara lain Somatic anxiety, Cognitive anxiety, Worry factor, Emotiolaty factor. Selanjutnya terdapat beberapa hal yang menjadi penguat munculnya kecemasan bagi atlet dalam melalui sebuah pertandingan, antara lain Ketakutan akan kegagalan, Ketakutan akan cedera fisik, Ketakutan akan penilaian sosial, Situasi pertandingan kekacauan terhadap latihan rutin.

Servant Leadership

Servant leadership merupakan sebuah pola kepemimpinan yang berlandaskan pada pelayanan prima terhadap anak asuh atau atlet dalam konteks penelitian ini. Pendapat lain mengatakan bahwa *servant leadership* merupakan pemimpin yang dapat memposisikan persoalan orang lain atau tim atas persoalan individu sendiri [10]. Selanjutnya *servant leadership* merupakan model kepemimpinan yang terbalik. Jika dalam model kepemimpinan tradisional yang menempatkan pemimpin di puncak "piramida" dan menuntut bawahan mengikuti arahan mereka, maka berbeda dalam *servant leadership*, dalam *servant leadership* pemimpin membalik piramida dan menempatkan diri mereka di bawah hierarki.

Pada lingkungan *servant leadership*, bawahan diberikan uraian tugas atau peran yang jelas, lalu tugas pemimpin adalah "melayani" atau membantu bawaha melaksanakan peran itu. Konsep dari *servant leadership* menitikberatkan sebuah lingkungan kerja menjadi wadah relasi antar pemimpin dan bawahan, semua orang dihargai, standar ditegakkan, dan terjadinya peningkatan produktivitas.

Dapat disimpulkan bahwa *servant leadership* yaitu sebuah gaya kepemimpinan yang melayani bawahan, dengan menegakkan esensi adanya tanggung jawab, standar dan tugas yang jelas dengan tujuan meningkatkan produktivitas. Terdapat setidaknya tujuh dimensi dari *servant leadership* antara lain yaitu kekuatan dan kebanggaan, melayani orang lain, memberdayakan dan mengembangkan orang lain, kepemimpinan partisipatif, kepemimpinan berani, kepemimpinan inspiratif, kepemimpinan visioner.

Table 1. Respondents Demographics

| | Frekuensi | Persen |
|--------------------|-----------|--------|
| Jenis kelamin | | |
| Laki-laki | 89 | 82% |
| Perempuan | 19 | 18% |
| Tingkat pendidikan | | |
| SMA | 70 | 65% |
| Kuliah | 38 | 35% |
| Jenis olahraga | | |
| Individual | 32 | 30% |
| kelompok | 76 | 70% |

Beberapa peneliti juga menyebutkan bahwa terdapat faktor lain yang dapat menyebabkan munculnya kecemasan bertanding pada atlet. Kepemimpinan atlit dapat memberikan kontribusi terhadap kecemasan atlit. Penelitian Utami menemukan bahwa persepsi pada *style* kepemimpinan pelatih berhubungan dengan kecemasan bertanding pada atlet, lebih lanjut hasil penelitian ditemukan bahwa semakin baik persepsi atlet terhadap kepemimpinan pelatih maka semakin menurunkan kecemasan bertanding pada atlet.

Atlet student

Secara garis besar atlet adalah seseorang yang memiliki kemampuan di bidang olahraga. Atlet memiliki sebuah bakat yang merujuk pada suatu hal, memiliki suatu pola perilaku dan kepribadian serta memiliki kehidupan yang akan mempengaruhi dirinya secara spesifik [12]. Atlet juga bisa dikatakan sebagai sebuah profesi yang tujuannya adalah untuk mencapai target dan prestasi di bidang olahraga. Kamus Besar Bahasa Indonesia menyatakan bahwa atlet adalah seseorang yang terlatih pada aspek kekuatan, ketangkasan, dan kecepatannya untuk diikutsertakan dalam sebuah pertandingan. Berdasarkan pengertian di atas dapat kita simpulkan bahwa *atlet student* adalah olahragawan yang terlatih, pernah mengikuti sebuah kejuaraan namun masih dalam proses mengenyam pendidikan.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian survey. Penelitian ini menggunakan dengan membagikan kusioner yang dibagikan kepada sport student. Metode dalam penelitian ini kuantitatif dengan variabel terikatnya adalah kecemasan bertanding dan variabel bebasnya adalah *servant leadership*. Kecemasan Bertanding adalah Suatu respon negatif dari dari yang disebabkan adanya rasa tegang dan takut tentang kejadian di masa datang. *Servant Leadership* adalah Gaya kepemimpinan yang melayani bawahan, dengan menegakkan esensi adanya tanggung jawab, standart dan tugas yang jelas dengan tujuan meningkatkan produktivitas. Data yang didapat pada riset ini akan dilakukan pengolahan dan analisis dengan menggunakan metode analisis regresi linear sederhana. Analisis ini dilakukan guna memprediksi besaran pengaruh (sumbangan efektif) variabel prediktor (bebas) terhadap variabel dependen.

Populasi penelitian dalam riset ini adalah *atlet student* yang ada di provinsi Sumatera Barat. *Atlet student* yang dipilih menjadi subjek akan dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*, pengambilan subjek penelitian berdasarkan spesifikasi yang sudah ditetapkan oleh peneliti. Sebanyak 108 orang siswa jurusan olahraga ikut serta dalam penelitian ini. Rata-rata umur responden adalah 18 tahun dengan (14 th – 22 th). Sebanyak 82% responden adalah laki-laki. Responden terdiri dari 64% adalah range siswa SMA dan selebihnya adalah mahasiswa. Responden berasal dari berbagai cabang olahraga baik itu perorangan maupun beregu. Mahasiswa yang berasal dari jenis olahraga beregu seperti basket, volly, futsall, sepak bola dan sepak takraw. Sedangkan jenis olahraga perorangan seperti atletik, renang, gulat, karate, panahan, pencak silat, wushu, tenis dan taekwondo. Lebih

lengkapannya, gambaran subjek penelitian dapat dilihat pada tabel 1.

Penelitian ini menggunakan dua skala untuk mengambil data dari lapangan. Skala yang digunakan adalah *Servant-leadership in Sport* [14]. Skala ini berisi 22 aitem (Pelatih membangkitkan semangat tim dengan berkomunikasi secara antusias dan percaya diri). Skala ini terdiri dari 3 aspek yaitu *trust*, *humality* dan *service*. Aitem terdiri dari 5 pilihan respon, sangat setuju, setuju, ragu-ragu, tidak setuju dan sangat tidak setuju. Semakin setuju seseorang dengan aitem maka semakin besar pula ia menilai pelatihnya menerapkan servant leadership. Besarnya nilai Alpha Cronbach alat ukur adalah sebesar .88.

Untuk mengukur kecemasan bertanding responden, penelitian ini menggunakan *Compotitive State Anxiety Inventory-2 Revised* (CSAI-2R). Alat ukur ini memiliki 16 aitem yang terdiri dari 3 aspek yaitu *somatic anxiety*, *cognitive anxiety* dan *self-confidence*. Aitem terdiri dari pernyataan yang harus direspon (Saya merasa gugup ketika akan bertanding) dengan 5 pilihan jawaban dari sangat setuju, setuju, ragu-ragu, tidak setuju dan sangat tidak setuju. Nilai Alpha Cronbach untuk skala ini adalah sebesar .93. Penelitian ini menggunakan skala psikologis untuk mendapatkan data dari lapangan. Skala psikologis beserta beberapa variabel demografi, dibuat dengan menggunakan google drive. Skala dibagikan kepada atlet student yang tersebar dari kota Padang dengan menggunakan media sosial.

Dalam proses analisis data, peneliti menggunakan software JASP versi 13.0. Hasil analisis statistik deskriptif, dapat dilihat pada tabel 1. Rata-rata nilai servant leadership adalah sebesar 95.65 dengan standar devias sebesar 7.46. Sedangkan rata-rata untuk variabel kecemasan bertanding adalah sebesar 39.14 dengan standar deviasi sebesar 11.89. Nilai tertinggi responden untuk variabel servant leadership adalah sebesar 109 dan nilai terendah adalah sebesar 80. Sedangkan untuk variabel kecemasan bertanding, didapatkan hasil sebesar 63 untuk nilai tertinggi dan 16 untuk nilai terendah.

Nilai skewness untuk variabel *servant leadership* adalah sebesar .01 dan standar error skeweness adalah .23. Variabel kecemasan bertanding memiliki nilai skewness sebesar .16 dengan standar error skewness adalah .23. nilai kurtosis untuk variabel servant leadership adalah sebesar -1.18 dengan standar error kurtosis adalah .46. Nilai kurtosis untuk variabel kecemasan bertanding adalah sebesar -.64 dan standar error kurtosis sebesar .64. Untuk lebih lengkap dapat dilihat pada tabel 2. Hasil pengujian regresi didapatkan nilai $F(1, 106) = 0.008$ ($p > .05$) yang berarti bahwa servant leadership tidak mampu memprediksi kecemasan atlet dalam bertanding. Nilai R yang didapatkan adalah sebesar .009. Hasil mengindikasikan bahwa persepsi atlet student dalam menilai coachnya dalam menerapkan servant leadership tidak mampu mencegah kecemasan mereka dalam bertanding. Hasil ini bertentangan dengan peneliltian yang dilakukan oleh Purborini yang menyatakan bahwa atlet cenderung menunjukkan penurunan tingkat kecemasannya ketika mempersepsi baik kepemimpinan pelatihnya.

Table 1. Statistik deskriptif variabel servant leadershin dan kecemasan bertanding

| | Servant leadership | Sport Anxiety |
|--------------------|--------------------|---------------|
| Mean | 95.65 | 39.14 |
| Standar deviation | 7.46 | 11.89 |
| Higher score | 109 | 63 |
| Lower score | 80 | 16 |
| Skewness | .01 | .16 |
| Std error skewness | .23 | .23 |
| Kurtosis | -1.18 | -.64 |
| Std error kurtosis | .46 | .46 |
| | Servant leadership | Sport Anxiety |
| Mean | 95.65 | 39.14 |
| Standar deviation | 7.46 | 11.89 |
| Higher score | 109 | 63 |
| Lower score | 80 | 16 |

Jenis kepemimpinan pelatih tidak selalu dapat meningkatkan performa seorang atlet. Penelitian yang dilakukan oleh Eys pernah dilakukan untuk melihat bagaimana peran jenis pelatihan terhadap performa atlet individu maupun kelompok. Jenis pelatihan yang dilihat di dalam penelitian ini adalah tiga jenis. Pertama adalah task leader. kepemimpinan ini ditandai dengan berfokus tujuan dari kelompok, membantu mengklarifikasi tanggung jawab dari tim, membantu membuat keputusan, menawarkan instruksi kepada tim bila dibutuhkan dan membantu tim untuk dapat mengeluarkan performa terbaik mereka. Ke dua adalah social leader. Jenis kepemimpinan ini ditandai dengan menciptakan keharmonisan di dalam tim, membantu menyelesaikan konflik internal, memastikan semua anggota dapat bergabung ke dalam kegiatan tim, menawarkan bantuan menjaga anggota tim dengan konsisten. Ketiga adalah external leadership yaitu kepemimpinan yang ditandai dengan melakukan promosi tim ke tingkat komunitas, mewakili tim dalam pertemuan dengan staf pelatih atau penyelenggara liga, menggambarkan sumber daya yang diinginkan, melindungi anggota tim dari gangguan yang berasal dari luar, membagi informasi yang relevan kepada tim. Dari ketiga tipe leadership tidak ada yang mampu meningkatkan performa tim dan kelompok. Dari hasil penelitian ini dapat dibuat kesimpulan bahwa leadership tidak selalu berkaitan dengan performa atlet, termasuk juga pada kecemasan bertanding. Terdapat banyak faktor yang berkontribusi pada leadership yang dapat memberikan dampak terbaik pada tim.

KESIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi kepemimpinan pelayan terhadap kecemasan berkompetisi pada mahasiswa olahraga. Sebanyak 108 mahasiswa olahraga ikut serta dalam penelitian ini. Untuk mendapatkan data dari lapangan, peneliti menggunakan skala psikologis untuk mengetahui besarnya servant leadership dan competition anxiety. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kepemimpinan yang melayani tidak dapat menjadi prediktor kecemasan berkompetisi dalam olahraga siswa. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara kepemimpinan pelayan dengan kecemasan berkompetisi pada atlet siswa. Sehingga disarankan untuk peneliti lainnya untuk melakukan penelitian terhadap variable lain yang mungkin menunjukkan kontribusi terhadap kecemasan bertanding atlet siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Reteguiz, Jo-Ann (2006). Relationship between anxiety and standardized patient test performance in the medicine clerkship. *Journal of General Internal Medicine*, 21(5).
- Har, D, Lu. (2006). Psychological preparation for professional athletes. *Physical Education Sports Science Institute*.
- Khan, M, K., Khan, A., Khan, S. (2017) Effects of Anxiety on Athletic Performance. *Res Inves Sports Med*, Volume 1(1), 1-5.
- Whiteley, Grace, E. (2013). How Trait and State Anxiety Influence Athletic Performance. *Anxiety and Athletic Performance*. Wittenberg University.
- Utami, P., Frieda, NRH (2018) Kecemasan Bertanding Ditinjau dari Persepsi Terhadap Gaya Kepemimpinan Pelatih. *Jurnal Empati*, Volume 5(1), 91-95
- Mellalieu, S, D., Hanton, S., Fletcher, D (2006) A Competitive Anxiety Review: Recent Directions in Sport Psychology Research. *Nova Science Publishers, Inc*. Chapter 1, 1-32
- Nevid, J. S., Rathus, R. A., & Greene, B. (2008). *Abnormal psychology in a changing world*. (Ed.7). New Jersey: Pearson Education, Inc.
- Martens, R., Vealey, R.S., & Burton, D (1990) *Competitive Anxiety in Sport*. Champaign, Illinois: Human Kinetics.
- Cox, R.H. 2002. *Sport Psychology: Concepts and Applications*. New York: Mc Graw-Hill Companies, Inc.
- Rieke, M., Hammermeister, J., Chase, M (2008) Servant Leadership in Sport: A New Paradigm for Effective Coach Behavior. *International Journal of Sports Science & Coaching* Volume 3(2), 227-238.

- McGee-Cooper, A. and Trammell, D. (2002). From Hero-as-Leader to Servantas-Leader. *Journal of Sports Sciences*, 2(3), 141-152.
- Setiadarma, M. P. (2000). *Dasar-dasar Psikologi Olahraga*. Jakarta: Pustaka Sinar harapan.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia. (Online). Tersedia di kbbi.kemendikbud.go.id/entri/atlet. Diakses 20 Januari 2020.
- Hammister, J., Chase, M., Burton, D., Westre, K., Picking, M., Baldwin., & N. (2008). Servant-Leadership, in *Sport: A comcept whose time has arrived*. *The International of Servant-Leadership*. 4(1). 185-215.
- Martinet, G., Ferrard, C., Guillet, E., Gauthier, S. (2010). Validation of French version of the Competitive State Anxiety Inventory-2 Revised (CSAI-2R) including frequency and direction scales. *Psychology of Sport and exercise*. 11, 51-57.
- Purborini, U., & Frieda. (2016). Kecemasan bertanding ditinjau dari persepsi terhadap gaya kepemimpinan pelatih: Studi pada atlet pencak silat se-kota Semarang. *Jurnal Empati*, 5(1), 91-95.
- Eys, M. A., Loughhead. T. M., & Hardy, J. 2007. Athlete leadership dispersion and satisfaction in interactive sport teams. *Psychology of Sport and Exercise*, 8, 281-29