

**PENGARUH POLA KELEKATAN AMAN DAN HARAPAN TERHADAP
KECEMASAN KOMPETITIF PADA ATLET ANAK SEPATU RODA
DI WHITE LION IN-LINE SKATE CLUB KOTA MALANG**

SKRIPSI



Oleh :

Yuliniar Maulidia Zahro

NIM. 15410070

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM
MALANG**

2019

**PENGARUH POLA KELEKATAN AMAN DAN HARAPAN TERHADAP
KECEMASAN KOMPETITIF PADA ATLET ANAK SEPATU RODA DI
WHITE LION IN-LINE SKATE CLUB KOTA MALANG**

SKRIPSI

Diajukan Kepada

Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Untuk memenuhi salah satu pemsyarakatan dalam memperoleh

Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh:

Yuliniar Maulidia Zahro

15410070

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM
MALANG**

HALAMAN PERSETUJUAN

PENGARUH POLA KELEKATAN AMAN DAN HARAPAN TERHADAP
KECEMASAN KOMPETITIF PADA ATLET ANAK SEPATU RODA DI
WHITE LION IN-LINE SKATE CLUB KOTA MALANG

SKRIPSI

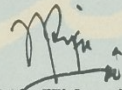
Oleh :

Yuliniar Maulidia Zahro

NIM. 15410070

Telah di setujui oleh

Dosen Pembimbing Skripsi



Dr. Rifa Hidayah, M.Si
NIP. 19761128 200212 2001

Mengetahui



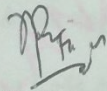
Dr. Siti Mahmudah, M.Si
NIP. 19671029 199403 2 001

SKRIPSI
PENGARUH POLA KELEKATAN AMAN DAN HARAPAN TERHADAP
KECEMASAN KOMPETITIF PADA ATLET ANAK SEPATU RODA
DI WHITE LION IN-LINE SKATE CLUB KOTA MALANG

Telah dipertahankan di Dewan Penguji
pada tanggal 08 April 2019

Susunan Dewan Penguji:

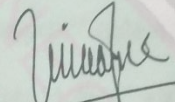
Dosen Pembimbing Skripsi



Dr. Rifa Hidayah, M.Si
NIP. 19761128 200212 2 001

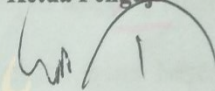
Anggota Penguji Lain

Penguji Utama



Dr. Retno Mangestuti, M.Si
NIP. 19750220 200312 2 004

Ketua Penguji



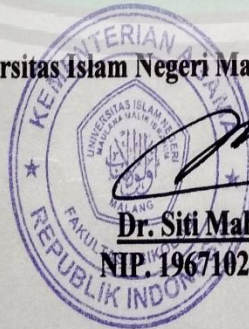
Dr. M. Mahpur, M.Si
NIP. 19760505 200501 2 003

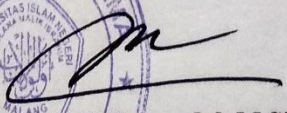
Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang




Dr. Siti Mahmudah, M.Si
NIP. 19671029 199403 2 001

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Yuliniar Maulidia Zahro
NIM : 15410070
Fakultas : Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Menyatakan bahwa skripsi yang saya susun dengan judul “Pengaruh Pola Kelekatan Aman dan Harapan Terhadap Kecemasan Kompetitif pada Atlet Anak Sepatu Roda di White Lion In-Line Skate Club Kota Malang” adalah benar-benar karya saya sendiri baik sebagian maupun secara keseluruhan. Jika dikemudian hari terdapat *claim* dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian Surat Pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar saya bersedia mendapatkan sanksi

Malang, 18 Maret 2019



Yuliniar Maulidia Zahro
NIM. 15410070

MOTTO

Ich bin nicht derjenige, der die Wahrheit offenbaren wird, aber mein Gott tut es.
es brachte mich dazu, ihm mehr zu glauben und ihn zu lieben.

*“Bukan Aku yang Mengungkapkan Kebenaran, Tapi Tuhanku yang
Melakukannya. Itu membuatku semakin memercayainya dan mencintainya.”*



HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya ini saya persembahkan untuk:

1. Untuk kedua orang tua saya, Saifuddin Zuhri dan Ida Musyayaroh yang tidak pernah berhenti untuk mengingatkan akan ibadah dan bersholawat sepanjang hidup saya.
2. Kedua kakak saya, Nur Kholida Zuhria dan Arif Rachman Rosadi. Adik sepupu serta sahabat selamanya, Wardatun Nafiisah. Terimakasih telah mendengar segala keluhan saya.. Juga untuk keponakan saya tercinta yang sudah seperti anak saya sendiri, Abdul Hamid Sayyidin Pranotogomo dan Aisyah Kanaya Citrowati. Terimakasih sudah memberi saya warna dalam hidup.
3. Guru yang selalu sabar mengajari dan meluangkan waktunya, ibu Dr. Rifa Hidayah, M.Si. Terimakasih atas segala ilmu yang di berikan.
4. Teman- teman saya tercinta, Ryzta, Faiqoh, Cici, Jihan, Jemmima, Noura, dan Dewi yang selalu menghibur disaat proses pengerjaan skripsi ini. Teman sejak saya kecil, Diva, Yurike, dan Laras yang selalu setia sejak dahulu. Dan juga teman saya sejak menempuh pendidikan pondok pesantren, Ratna Dewi. Semoga kebaikan teman-teman di balas oleh Allah SWT.
5. Guru sekaligus teman yang selalu memberikan masukan dan bantuan disaat kesulitan, Rina, Fia, Riananda, Wahyu Gita, dan Hilmah.
6. Teman-teman grup konseling skripsi dan Psikologi Dandelion '15
7. Dan yang terakhir, kepada Takahiro Moriuchi. Terimakasih telah mengingatkan saya akan tujuan dan mimpi saya.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrahim

Puja dan puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan segala anugerah dan kelancaran dalam hidup ini sehingga manusia dapat menghadapi hari dengan segala kebaikan. Shalawat serta salam tercurahkan kepada baginda Muhammad SAW yang telah menjadi penerang dalam kegelapan dengan *Ad-dinul Islam. Allahumma Amin.*

Penelitian dengan judul “Pengaruh Pola Kelekatan Aman dan Harapan Terhadap Kecemasan Kompetitif pada Atlet Anak Sepatu Roda di White Lion In-Line Skate Club Kota Malang” tidak akan terlaksana dengan baik tanpa adanya bimbingan, dorongan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karenanya peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Abdul Haris, M.Ag Selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Dr. Siti Mahmudah, M.Si Selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Dr. Rifa Hidayah, M.Si Selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan segenap ilmu dalam proses pengerjaan penelitian
4. Dr. H. Rahmat Aziz, M.Si Selaku Dosen Wali Akademis
5. Segenap sivitas akademika Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang tidak dapat di sebutkan satu –persatu yang telah memberikan bantuan moril dan ilmunya

6. Seluruh pihak yang membantu dalam menyelesaikan penelitian ini baik secara moril maupun materil.

Penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu peneliti mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun demi pengembangan ilmu pengetahuan dan sebagai koreksi di masa yang akan datang. Akhir kata, peneliti mengharapkan kemanfaatan skripsi ini untuk pembaca.

Malang, 18 Maret 2019

Penulis

Yuliniar Maulidia Zahro
NIM. 15410070

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK	xv
ABSTRACT	xvi
المستخلص	xvii
BAB I : PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	10
BAB II : KAJIAN TEORI	11
A. Kecemasan Kompetitif	11
1. Definisi Kecemasan Kompetitif	11
2. Kajian Teori Kecemasan Kompetitif	14
3. Aspek Kecemasan Kompetitif	18
4. Faktor Kecemasan Kompetitif	21
5. Kecemasan Dalam Perspektif Islam	22
B. Pola Kelekatan Aman	24
1. Definisi Pola Kelekatan Aman	24

2. Kajian Teori Pola Kelekatan Aman.....	25
3. Aspek Pola Kelekatan Aman.....	32
4. Faktor Pola Kelekatan Aman.....	33
5. Kelekatan Dalam Perspektif Islam	34
C. Harapan	36
1. Definisi Harapan.....	38
2. Kajian Teori Harapan	41
3. Aspek Harapan	44
4. Faktor Harapan	46
5. Harapan Dalam Perspektif Islam	46
D. Sepatu Roda In-Line Skate Club	47
E. Pengaruh Pola Kelekatan Aman dan Harapan Terhadap Kecemasan Kompetitif	49
F. Hipotesis	55
 BAB III : METODE PENELITIAN	 57
A. Rancangan Penelitian	57
B. Identifikasi Variabel	57
C. Definisi Operasional	58
D. Populasi dan Sampel	59
1. Populasi	59
2. Sampel	61
E. Instrumen Penelitian	62
1. Skala Kecemasan Kompetitif	62
2. Skala Pola Kelekatan	63
3. Skala Harapan	64
4. Uji Coba Terpakai (<i>Try Out Terpakai</i>)	65
5. Uji Validitas	65
6. Uji Reliabilitas	67
F. Teknik Analisis Data	67
1. Uji Asumsi Klasik	67

2. Kategorisasi	69
3. Uji Hipotesis	72
BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN	73
A. Gambaran Lokasi Penelitian	73
B. Pelaksanaan Penelitian	73
C. Paparan Hasil Penelitian	74
1. Uji Asumsi Klasik	74
2. Kategorisasi Penelitian	77
3. Uji Hipotesis	79
D. Pembahasan	82
1. Tingkat Pola Kelekatan Aman	82
2. Tingkat Harapan	85
3. Tingkat Kecemasan Kompetitif	87
4. Pengaruh Pola Kelekatan Aman dan Harapan Terhadap Kecemasan Kompetitif pada Atlet Anak di White Lion In-Line Skate Club Kota Malang	89
BAB V : KESIMPULAN DAN SARAN	97
A. Kesimpulan	97
B. Saran	97
DAFTAR PUSTAKA	99

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Blueprint SCAT	62
Tabel 3.2 Blueprint Pola Kelekatan Aman	63
Tabel 3.3 Bluepirnt CHS.....	64
Tabel 3.4 Hasil Uji Validitas Variabel Kecemasan Kompetitif.....	66
Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas Variabel Pola Kelekatan Aman.....	66
Tabel 3.6 Hasil Uji Validitas Variabel Harapan	66
Tabel 3.7 Hasil Uji Reliabilitas Skala	67
Tabel 3.8 Rumus Kategorisasi	71
Tabel 4.1 <i>Kolmogorv-Sminorv Test</i>	74
Tabel 4.2 <i>Test for Linierity</i>	75
Tabel 4.3 <i>Test for Multikolinieritas</i>	75
Tabel 4.4 <i>Test for Autokorelasional</i>	76
Tabel 4.5 <i>Test for Heteroskedastisitas</i>	77
Tabel 4.6 Kategorisasi Pola Kelekatan Aman.....	78
Tabel 4.7 Kategorisasi Harapan	79
Tabel 4.8 Kategorisasi Kecemasan Kompetitif.....	79
Tabel 4.9 Hasil Uji Anova	80
Tabel 4.10 Model Summary.....	80
Tabel 4.11 Nilai Standar Koefisiensi	81

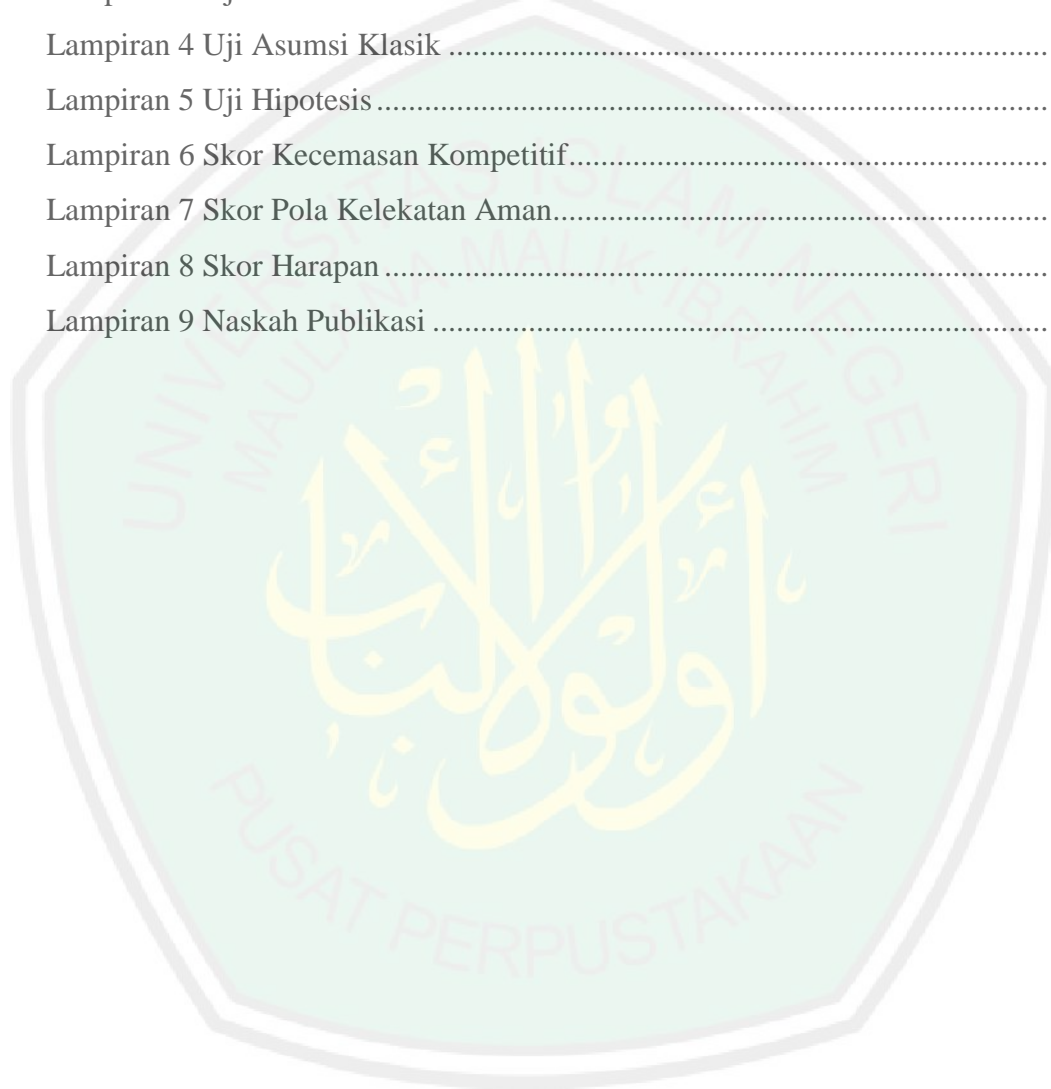
DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 55



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Bukti Konsultasi	106
Lampiran 2 Kuisisioner Skala.....	108
Lampiran 3 Uji Validitas dan Reliabilitas.....	114
Lampiran 4 Uji Asumsi Klasik	120
Lampiran 5 Uji Hipotesis	127
Lampiran 6 Skor Kecemasan Kompetitif.....	129
Lampiran 7 Skor Pola Kelekatan Aman.....	131
Lampiran 8 Skor Harapan	133
Lampiran 9 Naskah Publikasi	135



ABSTRAK

Yuliniar Maulidia, Zahro (2019). Pengaruh Pola Kelekatan Aman dan Harapan Terhadap Kecemasan Kompetitif pada Atlet Anak Sepatu Roda di White Lion In-Line Skate Club Kota Malang.

Pembimbing: Dr. Rifa Hidayah, M.Si

Kata Kunci : Kecemasan Kompetitif, Pola Kelekatan Aman, Harapan, Kuantitatif

Setiap atlet pasti pernah mengalami kecemasan dalam melakukan kompetisi. Kecemasan kompetitif bersifat spesifik pada bagaimana diri seseorang merasakan kekhawatiran dan pikiran negatif akan performansi ketika menghadapi kompetisi. Hal tersebut dapat mempengaruhi kondisi psikologis dan fisik seorang atlet yang dapat mengganggu performansi atlet. Terutama pada atlet anak yang secara pengalaman masih kurang sehingga memungkinkan kurang representative dalam menyikapi gejala kecemasan. Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah terdapat pengaruh pola kelekatan aman dan harapan terhadap kecemasan kompetitif pada atlet anak sepatu roda di White Lion In-Line Skate Club Kota Malang.

Desain penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel menggunakan sampel jenuh yang mana jika populasi kurang dari 100 orang maka sampel di ambil keseluruhan dari populasi tersebut (Arikunto,2013). Jumlah responden dalam penelitian ini berjumlah 33orang anggota White Lion In-Line Skate Club dengan kategori umur A (10 atlet), B (12 atlet) dan C (11 atlet). Pengukuran dalam penelitian ini menggunakan 3 skala, yakni Skala *Sport Competitive Anxiety Test (SCAT)* yang terdiri dari 15 aitem dengan reliabilitas $\alpha = 0,660$, Skala pola kelekatan aman yang terdiri dari 40 aitem dengan reliabilitas $\alpha = 0,891$ dan Skala *Childern Hope Scale (CHS)* yang terdiri dari 6 aitem dengan reliabilitas $\alpha = 0,856$.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa tidak ada pengaruh dari pola kelekatan aman dan harapan terhadap kecemasan kompetitif (Sig= 0,307 : P > 0,05).

ABSTRACT

Yuliniar Maulidia, Zahro (2019). The Effect of Secure Attachment Style and the Hope towards Competitive Anxiety of Kids Athlete Roller Skate in White Lion In-Line Skate Club Malang

Advisor: Dr. Rifa Hidayah, M.Si

Key terms: Competitive Anxiety, Secure Attachment, Hope, Quantitative

An athlete must have experienced anxiety when did a competition. Competitive anxiety specifically focuses on how a person feels anxiety or negative thinking towards his or her performance when they go to the competition. It can affect the psychology and physical condition of an athlete and make a bad effect on him or her, especially kids' athlete. They still have a lack of experiences, so that they might be lack of representation when they try to handle their anxiety. This research aims to observe does secure attachment style and the hope towards competitive anxiety of kids' athlete roller skate in White Lion in-Line Skate Club Malang affect them.

The study design that is used in this research is quantitative research and saturation sampling as the sampling techniques. Saturating sampling is where the population less than 100 persons, then the researcher will take all the persons from that population (Arikunto, 2013). The sum of the respondents in this research is 33 members of White Lion In-Line Skate Club, with Age Category A (10 athletes), B (12 athletes) and C (11 athletes). The measurement of this research is using 3 scales, i.e. Sport Competitive Anxiety Test Scale (SCAT) consist of 15 items with reliability $\alpha = 0,660$, Secure Attachment Scale consist of 40 items with reliability $\alpha = 0,891$, and Children Hope Scale (CHS) consists of 6 items with reliability $\alpha = 0,856$.

According to the research, the conclusion is there is no effect between secure attachment style and the hope of competitive anxiety (Sig= 0,307: P > 0, 05).

المستخلص

يولينيار مولديا زهرة (2019). تأثير أنماط الارتباط الآمن وتوقعات القلق التنافسي لدى الرياضيين الأطفال في White Lion In-Line Skate Club مدينة مالانج. المشرفة: دكتورة ريفي هداية الماجستير. مفتاح الكلمات: القلق التنافسي، نمط مرفق آمن، الرجاء، كمي.

كل الرياضيين يشعرون بالقلق حين يتسابقون. القلق التنافسي محدد لكيفية شعور الشخص بالضيق، والتفكير السلبي للأداء عند مواجهة المنافسة. ذلك يؤثر على الحالة النفسية والجسدية للرياضي. خاصة للرياضيين الأطفال الذين لا يزالون محتاجين إلى الخبرة بحيث يسمحون بتمثيل أقل في معالجة أعراض القلق. تهدف هذا البحث إلى معرفة احتمال وجود تأثير لنمط الارتباط الآمن والأمل في القلق التنافسي لدى الرياضيين الأطفال في White Lion In-Line Skate Club مدينة مالانج.

يستخدم تصميم هذه الدراسة الكمي مع تقنيات أخذ العينات باستخدام العينات المشبعة والتي إذا كان عدد أعضاء المجموعة أقل من 100 شخص، يتم أخذ العينة بالكامل من الأعضاء (أريكوفا، 2013). بلغ عدد المشاركين هذه الدراسة 33 شخصا من أعضاء White Lion In-Line Skate Club مع فئة العمر أ (10 رياضيين)، ب (12 رياضيين)، ج (11 رياضيين). استخدمت القياسات في هذه الدراسة 3 موازين، وهي ميزان *Sport Competitive Anxiety Test (SCAT)* (الرياضة اختبار القلق التنافسية) الذي يتكون على 15 قطعة مع الموثوقية $= 0,660$ ، حجم نمط مرفق آمن يتكون من 40 قطعة مع الموثوقية $= 0,891$ وميزان *Childern Hope Scale (CHS)* مقياس الأمل للأطفال الذي يتكون على 6 قطع مع الموثوقية $= 0,856$.

بناءً على نتائج مذكرة الدراسة، لا يوجد تأثير لنمط الارتباط الآمن والأمل في القلق التنافسي
(Sig=0,307 : P > 0,05)

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Salah satu kegiatan positif yang banyak memberikan manfaat pada diri manusia adalah berolahraga. Di dalam olahraga anak menemukan tempat yang ideal untuk dapat berpartisipasi secara rutin yang memberi makna bagi mereka sendiri, teman sebaya, dan keluarga serta sesama komunitas (Weinberg, 2003). Generasi muda saat ini juga mulai banyak menaruh minat pada dunia olahraga dengan tujuan mengisi waktu luang maupun untuk menjaga kesehatan.

Salah satu olahraga yang banyak di minati oleh generasi muda saat ini adalah olahraga sepatu roda jenis In-Line Skate. Pada akhir tahun 2017 hingga pertengahan tahun 2018 minat pada olahraga sepatu roda jenis ini melonjak drastis sehingga Persatuan Olahraga Sepatu Roda Seluruh Indonesia (Perserosi), serius dalam melakukan pembinaan atlet sepatu roda. Terutama pada bibit-bibit atlet sepatu roda di usia dini (Jawapos/06/07/2018).

Puluhan kejuaraan sepatu roda pada tingkatan dalam setahun juga telah banyak di selenggarakan sehingga para atlet muda dapat berprestasi. Kompetisi dibagi menjadi tiga kategori yakni fun skate (Pemula dalam sepatu roda), standar, dan speed. Kompetisi standard dan speed, kecepatan menjadi tolak ukur. Speed merupakan kelas tertinggi dalam kategori dan merupakan tingkatan profesional atlet sepatu roda dalam kompetisi. Untuk mendapatkan kecepatan tidak hanya bertolak pada fisik saja, namun strategi dalam mengalahkan lawan.

Kasus cedera pada olahraga merupakan hal yang biasa terjadi. Begitu pula dengan cabang olahraga sepatu roda yang memadukan fisik, keseimbangan dan kecermatan. Ketika atlet anak merasakan kecemasan dalam kompetisi, kemungkinan untuk fokus menjadi terpengaruhi, bahkan ada kemungkinan cedera yang lebih besar karena jatuh berada dalam kecepatan.

Olahraga pada mulanya hanya untuk menjaga kesehatan atau menjaga waktu luang, akan tetapi saat ini olahraga menjadi sarana untuk berprestasi. Berprestasi dalam bidang olahraga salah satunya dapat di peroleh melalui latihan secara teratur dalam klub tertentu. Klub olahraga merupakan suatu wadah bagi anak untuk menyalurkan hobi dan mendapatkan latihan secara intensif sehingga lebih mudah dalam meraih prestasi.

Pembinaan dalam olahraga akan lebih berhasil jika di lakukan sejak usia muda dan berkelanjutan oleh bimbingan professional. Tugas orang tua sebagai pengembang keterampilan anak berlanjut ke tingkat yang lebih tinggi ketika anak itu di ketahui memiliki potensi dalam diri mereka (Wolfenden & Holt, 2005). Orang tua juga mengambil peran penting dalam membentuk iklim motivasi yang akan mempengaruhi inisiatif dalam pemeliharaan karier anak (Gagne, M., Ryan, R. M., & Bargmann, K., 2003).

Adanya latihan dan kompetisi yang baik dalam mengembangkan potensi, anak menjadi bibit unggul untuk menjadi atlet professional di masa depan. Ketika orang tua mengetahui akan potensi atlet anak dalam bidang olahraga, maka tugas orang tua dalam usaha mengembangkannya adalah dengan menyertakan anak pada bidang professional yang mana bisa di temui

dalam klub olahraga. Hal tersebut merupakan bentuk dukungan terhadap karier atlet anak.

Salah satu anggota PERSEROSI (Persatuan Sepatu Roda Seluruh Indonesia) cabang Jawa Timur dalam wawancara mengatakan bahwa atlet sepatu roda anak termasuk atlet yang luarbiasa mengingat mereka mampu beradu dalam kecepatan dengan kemungkinan cedera yang cukup tinggi. Akan tetapi, berdasarkan penggalian informasi dan observasi peneliti pada beberapa pertandingan PERSEROSI mengatakan bahwa atlet anak beberapa di antaranya kehilangan fokus pada saat hendak mengambil kesempatan jalur untuk menjadi yang terdepan di baris tiga besar. Juga di tambahkan bahwa ada kemungkinan atlet anak merasakan atmosfer pertandingan yang luarbiasa sehingga merasa cemas dan takut tidak bisa melakukan yang terbaik ataupun terluka.

Peneliti melakukan observasi dan wawancara dalam pengambilan data pra-penelitian untuk memastikan permasalahan yang ada di White Lion In-Line Skate Club kota Malang. Menurut ketua White Lion In-Lion Skate Club, beberapa atlet sering mengeluhkan gejala fisik berupa mual, kaki gemetar, dan juga merasa gugup ketika hendak bertanding di tambah sering mengeluhkan keputus-asaan mereka ketika melihat lawan dari klub yang lebih unggul atau atlet yang lebih unggul. Ketakutan akan kegagalan dan tidak yakin dengan kemampuan diri mereka.

Begitu pula wali murid (orang tua) atlet pada klub umumnya haruslah membantu dalam memberikan dukungan terhadap anak pada saat pertandingan, seperti ketika membantu mengurus pada saat perlombaan, memberikan

semangat ketika mengalami kegagalan, dan juga selalu setia mendampingi. Akan tetapi ketua White Lion mengobservasi dan menyayangkan beberapa diantara orang tua tampaknya tidak begitu peduli ketika anaknya mengeluhkan gejala kecemasan ketika berkompetisi, tidak hadir dan tampak tidak ikut mengambil banyak andil dalam memberikan dukungan saat pertandingan sedangkan orang tua sangat di butuhkan anak.

Kompetisi olahraga sebagai tolak ukur seringkali mengakibatkan rasa tegang yang mana berbentuk kecemasan dalam diri. Ketegangan dalam olahraga di perlukan dalam batasan-batasan tertentu, karena apabila ketegangan memunculkan kecemasan secara berlebihan ketika akan memulai sebuah kompetisi akan mengurangi kefokusannya dan performansi (Grossbard, J. R., Smith, R. E., Smoll, F. L., & Cumming, S. P. , 2009) .

Semua atlet pasti pernah merasakan kecemasan dalam mengikuti kompetisi dan hal tersebut merupakan perkara yang sering terjadi pada atlet anak disebabkan dari segi pengalaman masih kurang dibandingkan dengan atlet dewasa. Weinberg dan Gould menyebutkan bahwa kecemasan merupakan reaksi emosi terhadap kondisi tertentu yang dirasa mengancam. Kecemasan juga merupakan emosi negative yang di tandai dengan perasaan khawatir dan perubahan sistem dalam jaringan tubuh (Ahsan,Ruru,dan Kumar,2014)

Emosi negative dari rasa cemas yang muncul akibat adanya interpretasi terhadap situasi yang dirasakan oleh atlet ketika menghadapi sebuah pertandingan disebut kecemasan kompetitif. Pemikiran yang mana sebagian

besar di hasilkan oleh perasaan stress akan hasil dan pentingnyaa situasi juga di sebut kecemasan bertanding (Burton, 1990).

Kecemasan kompetitif menyebabkan atlet sulit mengatur irama permainan, sulit mengatur kontraksi otot, mudah merasa lelah, berkurangnya kemampuan dan kecermatan dalam membaca permainan lawan sehingga tergesa-gesa (Satiadarma, 2000). Reaksi yang di timbulkan berupa level aktifitas yang tinggi dari sistem saraf otonom, stress, cemas dan orientasi otomatis konigisi yang dapat merubah atensi dan fungsi kognitif lainnya. Atlet menjadi kehilangan fokus dan mepengaruhi performa.

Atlet anak dengan kecemasan kompetitif yang tinggi lebih khawatir akan melakukan kesalahan, tidak melakukan dengan baik permainan yang ia lakukan, dan evaluasi dari pelatih, rekan, dan orang tua yang mengarah pada kritik di sebabkan tidak sesuai dengan harapan (Gould, Hold, & Spreeman, 1983).

Bentuk keterlibatan orang tua terhadap karier atlet anak merupakan salah satu hasil dari kelekatan antara atlet anak dengan orang tua. Keterlibatan orang tua di pengaruhi oleh kelekatan. Kelekatan merupakan ikatan kasih sayang di antara manusia yang terjadi dalam kurun waktu yang lama, mengacu pada hubungan emosional yang mendalam kepada orang lain dalam kurun waktu dan ruang (Bowlby, 1969).

Ketika kelekatan yang terjalin merupakan kelekatan yang aman maka ia memandang orang lain berpikiran positif terhadap dirinya dan percaya bahwa orang lain mencintainya. Kelekatan aman berfungsi sebagai dasar ekspresi emosi dan komunikasi dalam hubungan masa depan dan memberikan

kesempatan untuk menciptakan potensi ketahanan (Belsky, J.; Fearon, R.M.P., 2002). Ketahanan ini memandang manusia sebagai sistem perilaku utama seperti neurologis yang mendasari seseorang mencari dan mengandalkan hubungan dengan orang lain serta keberanian untuk menjelajahi dunia dan kecenderungan untuk berempati dan menjaga orang lain.

Kelekatan juga di tandai oleh perilaku anak ketika ia merasa marah atau dalam keadaan terancam (Bowlby, 1969). Perasaan aman individu menumbuhkan kepercayaan diri, kepercayaan pada orang lain dan menggunakan strategi adaptif untuk mengatasi stress. Sedangkan individu yang tidak aman cenderung mengalami perasaan ketidakpercayaan., kepercayaan diri yang rendah dan menggunakan strategi maladaptive ketika berhadapan dengan stress. Pengalaman awal ini biasanya mempengaruhi cara individu berpikir, berperilaku, dan berinteraksi dengan orang lain di lingkungan umum. Adanya pengetahuan tersebut menunjukkan kemungkinan kelekatan dapat mempengaruhi beberapa fungsi termasuk dalam performansi.

Penelitian mengenai kelekatan, kecemasan kompetitif, dan kepercayaan diri pada atlet muda elit yang berusia 17-20 tahun menemukan bahwa kelekatan aman bermanfaat pada kecemasan ketika kompetisi, kepercayaan diri, dan performansi lainnya yang mana terprediksi dengan kelekatan tidak aman yang berkombinasi dengan hasil performansi atlet muda yang rendah (Dizdari,2013). Artian lainnya, kelekatan tidak aman mengganggu fungsi keseluruhan termasuk di dalam nya kecemasan dalam berkompetisi.

Ketika atlet anak berkompetisi dengan baik seringkali orang tua memberikan apresiasi kecil setiap anak melakukan sebuah prestasi sehingga menjadikan apresiasi ini sebagai motivasi, dari motivasi menjadi kebiasaan, kemudian menjadi gaya hidup yang menarik dan bermakna bagi mereka (Carr S. , 2012). Keterlibatan orang tua dalam mendukung potensi anak juga mampu menciptakan harapan untuk berprestasi dalam kompetisi dan karir di masa depan. Pada bidang olahraga, tolak ukur kemampuan seorang atlet di ukur melalui kompetisi. Ketika seorang atlet berkompetisi, ada harapan pada dirinya dan orang disekitarnya untuk berprestasi dan menunjukkan performa terbaik.

Harapan mencerminkan persepsi individu terkait kapasitas kemampuan dalam dirinya untuk mengembangkan strategi spesifik untuk mencapai tujuan dan mempertahankan strategi tersebut (Lindley & Joseph, 2004). Stotland juga menyebutkan bahwa harapan merupakan penantian dalam mencapai tujuan masa depan dan mendorong seseorang mencapai tujuan tersebut (Sidabutar, 2008). Oleh karena itu, dapat di artikan harapan merupakan keinginan untuk mencapai tujuan yang di inginkan.

Setiap atlet tentunya memiliki harapan untuk menjadi yang terbaik. Kecemasan ini berkaitan dengan harapan. Ekspektasi berlebihan dari diri sendiri dan dari orang lain menjadikan atlet merasa cemas sebelum melakukan kompetisi. Hal tersebut di tandai dengan mawas diri, harga diri yang rendah, dan demotivasi (Reeves, C.; Nicolls, A.; McKenna, J., 2009).

Harapan juga menjadi salah satu motivasi dalam menghadapi kecemasan dalam berkompetisi. Jika harapan terhadap tujuan yang di rasakan oleh individu

jelas tergambar maka individu akan mampu menghadapi kecemasan dalam kompetisi sebagai salah satu rintangan yang ada. Harapan bisa menjadi suatu hal yang penting pada perkembangan dan mempertahankan kesejahteraan psikologi, tingkat positif afektif, dan meningkatkan *coping skills* (Synder, 1994). Harapan juga memungkinkan untuk mengembangkan kekuatan secara personal, memobilisasi kemampuan, dan pencapaian dalam menghadapi kesulitan.

Kemungkinan terwujudnya suatu harapan juga di pengaruhi oleh kelekatan, ketika kelekatan yang dirasakan tidak aman, kepercayaan diri dapat menjadi rendah serta menyebabkan kecemasan dan harapan tidak terwujud. Ketika orang tua memiliki kelekatan aman dengan anak, maka akan ada kemungkinan anak akan merasa nyaman di saat merasa cemas dengan sebuah permasalahan karena figure terlekat di anggap sebagai tempat kembali ketika merasa terancam dan merasa percaya diri. Tetapi sebaliknya, jika kelekatan merupakan kelekatan tidak aman maka anak menjadi sulit percaya diri dalam mengatasi masalah sehingga memandang harapan sebagai hal yang mengancam dan dapat menyebabkan kecemasan.

Pada beberapa penelitian, penelitian tentang kelekatan aman dengan kecemasan kompetitif lebih banyak memfokuskan diri pada atlet dewasa sedangkan atlet anak merupakan atlet yang rentan akan kecemasan dalam berkompetisi karena memiliki jam terbang dalam dunia olahraga lebih sedikit dibandingkan atlet dewasa yang secara pengalaman lebih fasilitatif dalam menginterpretasikan gejala kecemasan (Krane & William dalam Radonchonski dkk, 2011).

Sedangkan penelitian tentang kecemasan dan harapan lebih banyak berfokus pada tema *burnout* (kelelahan) atau tidak spesifik mengenai bagaimana kecemasan dapat bersinergi dengan harapan sehingga dirasa perlu untuk mengetahui pengaruh kelekatan orang tua dan harapan terhadap kecemasan kompetitif pada atlet anak sepatu roda.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat *Pola Kelekatan Aman* pada atlet anak sepatu roda White Lion In-Line Skate Club kota Malang?
2. Bagaimana tingkat *Harapan* pada atlet anak sepatu roda White Lion In-Line Skate Club kota Malang?
3. Bagaimana tingkat *Kecemasan Kompetitif* pada atlet anak sepatu roda White Lion In-Line Skate Club kota Malang?
4. Apakah ada pengaruh antara *Pola Kelekatan Aman* dan *Harapan* terhadap *Kecemasan Kompetitif* pada atlet anak sepatu roda White Lion In-Line Skate Club kota Malang?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui tingkat *Pola Kelekatan Aman* pada atlet anak sepatu roda White Lion In-Line Skate Club kota Malang.
2. Untuk mengetahui tingkat *Harapan* pada atlet anak sepatu roda White Lion In-Line Skate Club kota Malang.
3. Untuk mengetahui tingkat *Kecemasan Kompetitif* pada atlet anak sepatu roda White Lion In-Line Skate Club kota Malang.

4. Untuk mengetahui pengaruh antara *Pola Kelekatan Aman* dan *Harapan* terhadap *Kecemasan Kompetitif* pada atlet anak sepatu roda White Lion In-Line Skate Club kota Malang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini di harapkan dapat memberikan tambahan referensi yang bermanfaat bagi perkembangan ilmu Psikologi dan menjadi koreksi bagi penelitian kecemasan bertanding di masa depan.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi gambaran tentang kelekatan, harapan, dan kecemasan kompetitif yang di alami oleh atlet anak sepatu roda serta pengaruh di dalamnya kepada klub, sehingga klub dapat bekerja sama dengan orang tua untuk menciptakan iklim olahraga yang baik bagi atlet anak dan menghindarkan dari kemungkinan kegagalan.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kecemasan Kompetitif

1. Definisi Kecemasan Kompetitif

Definisi kecemasan merupakan respon individu terhadap suatu keadaan yang tidak menyenangkan dan dialami oleh semua makhluk hidup dalam kehidupan sehari-hari. Kecemasan merupakan reaksi seseorang terhadap perkara yang hendak di hadapinya. Kecemasan merupakan suatu perasaan yang menyakitkan, seperti kegelisahan, kebingungan, dan sebagainya yang mana berhubungan dengan emosi (Lazarus,1991).

Definisi kecemasan menurut Greist (dalam Gunarsa,1996) menjelaskan kecemasan sebagai ketegangan mental yang bersamaan dengan gangguan pada tubuh yang menyebabkan seseorang mudah merasa lelah dan merasa was-was terhadap sesuatu atau ancaman yang belum terjadi. Kecemasan adalah hal yang lumrah bagi manusia hidup dan manusia pasti pernah mengalami kecemasan setidaknya sekali dalam hidupnya. Kecemasan merupakan perasaan was-was terhadap suatu hal yang mana mempegaruhi aktifitas diri mereka.

Weinberg dan Gould menyebutkan bahwa kecemasan juga merupakan emosi negative yang di tandai dengan perasaan khawatir dan perubahan sistem dalam jaringan tubuh yang di gambarkan melalui ketidaknyamanan, ketakutan, dan cemas yang terhubung pada aktifitas stimuli tubuh (Ahsan,Ruru,dan Kumar,2014). Kecemasan di artikan sebagai pengalaman perasaan yang menyakitkan yang disebabkan oleh dorongan dari dalam tubuh dan juga berasal

dari ketegangan. Ketegangan ini muncul akibat dorongan dari luar yang menyebabkan mempengaruhi pada saraf otonom sehingga jika ia menghadapi situasi yang mengancam maka jantung berdenyut lebih cepat, mulut kering, telapak tangan basah, dan nafas menjadi cepat (Calvin,1890).

Kecemasan juga di artikan sebagai sinyal yang memperingatkan akan adanya bahaya sehingga menyebabkan ia mengambil tindakan tertentu untuk menghindari bahaya tersebut (Kaplan,1997).Gangguan alam perasaan yang ditandai ketakutan dan kekhawatiran secara mendalam dan berkelanjutan sehingga menyebabkan perilaku dapat terganggu namun masih dalam batasan wajar (Hawari,2011).

Kecemasan di bagi menjadi dua bagian yakni kecemasan yang di sadari dan kecemasan tak disadari. Kecemasan yang disadari ditandai dengan keterkejutan, rasa bersalah, terancam, dan takut. Sedangkan kecemasan yang tidak di sadari ditandai dengan menghindari perasaan yang tidak diharapkan. Berdasarkan dari beberapa pengertian mengenai kecemasan, secara umum kecemasan merupakan emosi negative yang muncul disebabkan dorongan-dorongan tertentu yang mana mempengaruhi kondisi perilaku dan fisiologi seseorang.

Kecemasan dalam tingkatan normal tidak akan mengganggu performansi, namun bisa menjadikan sebagai pemicu perfomansi seseorang dan seseorang menjadi lebih baik. Akan tetapi ketika kecemasan tersebut berada di atas kewajaran maka akan mengganggu diri seseorang.

Kecemasan biasa dirasakan oleh atlet ketika ia hendak bertanding. Kecemasan tersebut di sebut dengan kecemasan kompetitif atau kecemasan

bertanding. Kecemasan menghadapi pertandingan merupakan kondisi emosi negatif seorang atlet dalam menginterpretasikan jalannya pertandingan atau menilai kondisi di dalam pertandingan (Cox,2011). Atlet yang memikirkan akibat-akibat yang akan di hadapinya jika ia mengalami kegagalan akan menciptakan rasa cemas pada dirinya, dan rasa cemas tersebut di namakan kecemasan kompetitif (Amir,2004).

Pada konteks olahraga, kecemasan kompetitif merupakan emosi dan ketegangan yang disebabkan oleh tekanan kompetitif yang berkaitan dengan situasi pertandingan (Mellalieu, Hanton & Fletcher,2009). Kecemasan kompetitif menggambarkan pikiran atlet terhadap sesuatu yang tidak diinginkan akan terjadi seperti sebuah kekalahan, kritik orang lain, pandangan sekitar yang menyebabkan kecemasan yang berkelanjutan (Anshel,1997).

Martens dkk menjelaskan kecemasan kompetitif atau kecemasan bertanding adalah kecenderungan untuk menentukan situasi antagonistic dan mengambil tindakan sesuai dengan perasaan, stress, tekanan, dan kegugupan. Secara keseluruhan kecemasan kompetitif adalah hasil kepekaan individu terhadap stress, tekanan, dan kegagalan (Ahsan,Ruru,dan Kumar,2014).

Salah satu karakteristik kecemasan kompetitif adalah pandangan negative terhadap performansi atlet di lapangan dan mengganggu perhatian (Radonchonski dkk,2011). Kecemasan bertanding di definisikan menjadi dua bagian, yakni kecemasan atlet ketika menghadapi pertandingan (*State Anxiety*), dan kecemasan yang di sebabkan atlet merupakan sosok pencemas (*Trait Anxiety*) (Husdarta,2010).

Definisi dari kecemasan dengan kecemasan kompetitif tidak memiliki perbedaan yang signifikan, namun kecemasan kompetitif lebih spesifik pada bagaimana diri seseorang merasakan kekhawatiran, was-was, dan pikiran negative akan performansi ketika menghadapi kompetisi dan bagaimana ia menginterpretasikan kecemasan tersebut menjadi tenaga atau menjadi sebuah hambatan dalam penampilannya.

2. Kajian Teoritis Kecemasan Kompetitif

Setiap orang yang berkompetisi selalu menginginkan hasil yang terbaik. Untuk mendapatkan hasil yang terbaik tentunya didapatkan dengan kerja keras. Begitu pula dunia olahraga yang memiliki segudang kompetisi untuk meningkatkan kemampuan atlet-atlet andalannya. Namun seringkali hiruk pikuk kompetisi menjadikan atlet merasakan kecemasan ketika harus berkompetisi.

Kompetisi sendiri bermakna individu atau kelompok yang saling bersaing untuk mendapatkan objek yang sama yakni berupa kemenangan (Chaplin,2006). Sedangkan kecemasan di dalam olahraga terutama pada pertandingan merupakan perasaan khawatir, kehilangan ketenangan, dan kegelisahan dengan menganggap pertandingan merupakan sesuatu yang membahayakan bagi dirinya (Martens,Vealey,&Burton,1990).

Dunia olahraga adalah ladang tempat bermacam-macam penyebab kecemasan pada atlet yang menyebabkan kelelahan secara fisik dan mental. Pada dunia olahraga, seringkali atlet di hadapkan dengan berbagai rintangan. Salah satu contohnya adalah lawan yang tampak lebih tangguh membuat cemas

atlet *skateboard*, Aliqqa Novvery ketika ia hendak bertanding pada cabang Asian Games *skateboard* 2018. Ia merasa bahwa usianya yang masih 9 tahun harus melawan atlet luar negeri dengan postur tubuh yang lebih besar (15/08/18/Liputan6.com).

Krane dan Williams menyebutkan bahwa kecemasan kompetitif banyak dirasakan oleh atlet yang berusia muda. Umur dan pengalaman atlet mempengaruhi kecemasan, atlet dengan jam terbang berpengalaman lebih sedikit mengalami kecemasan kompetitif baik secara somatic maupun kognitif daripada atlet yang lebih muda (Radonchonski dkk,2011). Meskipun pada dasarnya kecemasan kompetitif sebagai pengaruh fungsi kemampuan yang ditunjukkan atlet muda dengan atlet yang lebih tua tidak memiliki perbedaan dalam intensitas respon, akan tetapi atlet dengan pengalaman dan jam terbang lebih tinggi lebih fasilitatif dalam menginterpretasi gejala keemasannya (Eubank dkk dalam Mellaalieu, Hanton& Niel,2009)

Atlet yang yakin akan kemampuan dan lebih fasilitatif dalam menginterpretasikan gejala kecemasan, maka ia akan mampu mengarahkan kecemasan tersebut pada tingkatan yang lebih baik seperti merubah kecemasan dalam menghadapi kompetisi menjadi motivasi besar dan meningkatkan performansi ketika di lapangan.

Jones menjelaskan bahwa atlet melihat dirinya sebagai sosok yang mampu mengontrol dan mampu mengatasi keemasannya dan meraih prestasi diprediksi dapat menafsirkan/ merespon gejala yang berkaitan dengan kecemasan dalam bertanding (Mellaalieu, Hanton& Niel,2009). Sejalan dengan

keterangan Gunarsa (1996) bahwa kecemasan dalam pertandingan tergantung pada atlet terhadap bagaimana ia menginterpretasikan lingkungan ketika menghadapi sebuah pertandingan.

Jika ia menganggap bahwa lingkungan di dalam pertandingan memberikan bahaya kepada dirinya, maka ia akan cenderung merasa khawatir, tegang, dan cemas. Kecemasan ini akan meningkat ketika sebelum pertandingan di mulai yang mana disebabkan oleh pikiran negative dan pikiran akan mengemban tugas yang berat. Ketika pertandingan di mulai, biasanya kecemasan akan berkurang namun akan kembali meningkat ketika hendak menghadapi akhir pertandingan.

a. Sifat Kecemasan Kompetitif

Sifat kecemasan dalam pertandingan juga berubah sesuai dengan situasi pertandingan. Situasi pertandingan terhitung pada sebelum, saat, dan sesudah pertandingan. Cratty menyebutkan bahwa biasanya, di awal pertandingan kecemasan akan meningkat karena terbayang akan beban berat yang di bawanya pada pertandingan yang akan ia hadapi. Ketika berada di dalam pertandingan, biasanya tingkat kecemasan akan turun karena atlet sudah mampu beradaptasi dengan lingkungan. Berlanjut pada akhir pertandingan, kecemasan akan kembali naik disebabkan oleh dugaan perkiraan skor (Amir& Hajidin,2014).

b. Multidimensional Kecemasan Kompetitif

Spielberg dalam Cox menjelaskan maksud dari Martens mengenai kecemasan kompetitif di bagi menjadi dua jenis yakni *State Anxiety (State-A)*

dan juga *Trait Anxiety (Trait-A)*. *State Anxiety (State-A)* berhubungan pada reaksi dari situasi ketegangan yang sedang ia hadapi dan terjadinya peningkatan aktifitas fisiologis sementara dan pada situasi tertentu. *State Anxiety (State-A)* berubah-ubah sesuai dengan kondisi atau situasi yang terjadi. Jika *Trait Anxiety (Trait-A)* seseorang rendah namun ia sedang menghadapi situasi kompetisi dan bersiap-siap menghadapi sebuah kompetisi, maka *State Anxiety (State-A)* akan lebih tinggi daripada atlet yang tidak menghadapi situasi kompetisi tersebut.

Trait Anxiety (Trait-A) merupakan faktor kepribadian seseorang yang mempengaruhi interpretasinya pada situasi mengancam yang relative menetap. Jika seseorang memiliki *Trait Anxiety (Trait-A)* yang tinggi maka ia akan menginterpretasikan situasi kompetisi sebagai situasi yang mengancam dan menimbulkan kecemasan yang tinggi baginya (Rohmansyah, 2017). Maka bisa di simpulkan bahwa *Trait Anxiety (Trait-A)* merupakan gambaran seseorang sudah memiliki sikap pencemas dalam dirinya dan *State Anxiety (State-A)* merupakan gambaran aktifitas fisiologis seseorang dalam menghadapi situasi tertentu terutama pada kondisi situasi kompetisi.

c. Proses Kecemasan Kompetitif

Martens dkk(1990) menjelaskan proses kecemasan menghadapi kompetitif terbagi pada empat unsur yakni unsur situasi kompetitif yang subjektif, keadaan kompetitif yang subjektif, respon terhadap keadaan, dan konsekuensi. Situasi kompetitif di artikan sebagai tuntutan lingkungan terhadap seseorang yang

berada di dalam kompetisi untuk melihat bagaimana ia akan berkehendak dalam kompetisi tersebut.

Keadaan kompetitif subjektif adalah penilaian kognisi seseorang terhadap situasi kompetisi, yang menentukan respon kecemasan akan terjadi atau tidak. Jika keadaan menghasilkan kekhawatiran, gelisah, dan menghasilkan aktivitas fisiologis, maka respon kecemasan akan mengikuti. Respon adalah tanggapan seseorang pada situasi tertentu yang dalam respon ini sebagian ditentukan oleh bagaimana situasi kompetitif dari subjeknya. Konsekuensi adalah akibat yang ditimbulkan oleh respon. Konsekuensi sering bermakna kegagalan atau kesuksesan.

3. Aspek Kecemasan Kompetitif

Kecemasan kompetitif seorang atlet bisa diprediksi melalui gejala-gejala yang ditunjukkan ketika sebelum, sesaat, dan sesudah bertanding. Gejala-gejala tersebut ditunjukkan melalui gejala fisik dan gejala psikis.

Kecemasan kompetitif menurut Martens, dkk (1990) tidak hanya berbentuk kegelisahan di sebabkan pandangan membahayakan tentang sebuah pertandingan melainkan juga ditambah dengan perubahan fisiologis seperti tekanan darah meningkat dengan denyut jantung, wajah memerah dan disertai keram perut (McNally, 2002).

Pada dasarnya aspek berdasarkan asumsi bahwa kecemasan kompetitif terdiri dari dua bagian yang berbeda yakni kognitif dan somatik yang mana keduanya memiliki perbedaan efek pada penampilan atlet. Karenanya, secara teoritis bagian tersebut dapat dimanipulasi secara mandiri satu sama lain.

Berdasarkan dari pengertian di atas maka aspek kecemasan kompetitif di bagi menjadi dua aspek yakni kecemasan kognitif dan somatic.

1. Komponen kognitif didefinisikan sebagai ekspektasi negative dan perhatian terhadap kemampuan seseorang untuk melakukan dan kemungkinan untuk gagal.
2. Komponen somatic adalah komponen fisik dari pengalaman kecemasan. seperti peningkatan gairah otonom dengan efek psikologis negatif, seperti debaran jantung, otot tegang, sesak napas, tangan berkeringat dan dalam beberapa kasus bahkan mual (McNally, 2002)

Sedangkan aspek kecemasan kompetitif menurut Amir (2004) di tunjukan dengan gejala gejala sebagai berikut.

a. Gejala fisik di tunjukkan dengan :

1. Terjadi ketegangan otot ekskremitas, otot pundak , leher, dan perut.
2. Terjadi kontraksi pada otot setempat yakni pada sekita mata, rahang, dan dagu.
3. Terjadi perubahan irama pernafasan
4. Raut muka yang berbeda dari biasanya, dahi berkerut, gemeta, kaki terasa berat, lemas, sering berkeringat, minum air, dan sering ingin buang air kecil.
5. Perubahan dramatis pada tingkah laku seperti kurang tidur, gelisah, tidak tenang. Tingkah laku yang sering di tunjukkan oleh atlet dalam menghadaou pertandingan adalah sering menggaruk kepala dan berjalan kesana kemari.

b. Gejala psikis di tunjukkan dengan perubahan emosi rasa percaya diri berkurang, menurunnya motivasi diri, menimbulkan obsesi, kehilangan kontrol, cepat putus asa, dan gangguan perhatian dan konsentrasi seperti memikirkan hal di luar pertandingan sehingga dapat memecah pikiran atlet.

Manifestasi psikologis dari kecemasan kognitif seperti rasa takut, panik, alarm, gelisah, ketakutan, obsesi, perhatian, dan perubahan konsentrasi atafu pemikiran yang mengganggu jenis bencana (Cervello dkk dalam Ponseti dkk, 2016). Grossbard dkk menjelaskan bahwa kecemasan kognitif di bagi menjadi dua komponen, yang pertama adalah kekhawatiran akan konsekuensi negative potensial yang terkait dengan kinerja yang buruk, yang kedua adalah kurangnya perhatian, kesulitan yang dihadapi seorang atlet dalam memfokuskan pada aspek-aspek kunci dari tugas yang ada, yang mencegah pemikiran yang jernih selama berkompetisi (Ponseti dkk,2016).

Berdasarkan dari uraian di atas maka dapat di rangkum aspek untuk mengukur kecemasan kompetitif ada dua, yakni aspek kognitif (psikis) dan aspek somatic (fisik). Aspek kognitif merupakan aspek yang berhubungan dengan perubahan kefokuskan dan kondisi psikologis atlet sedangkan aspek somatic berhubungan dengan perubahan kondisi fisik atlet.

4. Faktor-Faktor Kecemasan Kompetitif

Faktor yang mempengaruhi kecemasan di dalam pertandingan ada lima faktor, yakni ketakutan akan kegagalan, ketakutan akan cedera fisik, ketakutan akan penilaian sosial, dan kekacauan latihan rutin (Cox,2011).

a. Ketakutan akan kegagalan

Ketakutan ini adalah ketakutan jika ia dikalahkan oleh lawan yang baginya adalah yang lemah. Bila hal tersebut terjadi maka akan mengancam ego dari atlet tersebut.

b. Ketakutan akan cedera fisik

Cedera fisik merupakan ketakutan yang serius bagi atlet yang banyak menggunakan kontak fisik dengan lawan, dan juga atlet yang bertanding secara individu. Resiko terluka atlet individu menjadi lebih besar daripada atlet yang bertanding secara berkelompok.

c. Ketakutan akan penilaian sosial

Kecemasan yang akan muncul jika ia mendapatkan kritik dari pelatih dan sorakan penonton yang membuat harga diri menjadi terancam.

d. Kekacauan latihan rutin

Kecemasan yang muncul jika ia merubah teknik dan strategi yang tidak biasa ia lakukan secara mendadak sebelum pertandingan di mulai.

Sumber-sumber kecemasan kompetitif bermacam-macam, seperti tekanan dan ekpektasi dari lingkungan yang belum terpenuhi, standar prestasi yang terlalu tinggi bagi atlet yang berkaitan dengan kemampuannya, kecenderungan untuk berlaku sempurna, kurangnya kesiapan menghadapi situasi tertentu, pola

berpikir dan persepsi terhadap lingkungan maupun pada diri sendiri (Gunarsa, 1996).

Berdasarkan faktor-faktor di atas maka bisa disimpulkan bahwa faktor kecemasan seorang atlet dalam menghadapi kompetisi disebabkan oleh faktor eksternal dan internal. Faktor eksternal berupa tekanan dari luar seperti tekanan akan prestasi, kritik orang lain, dan terluka, sedangkan faktor internal berasal dari interpretasi rasa cemas atlet yang berupa pikiran negative seperti sebuah kegagalan.

b. Kecemasan dalam Perspektif Islam

Kecemasan menurut Bastaman (2005) seorang pakar psikologi Islam mendefinisikan kecemasan sebagai ketakutan akan hal-hal yang belum terjadi. Perasaan tersebut muncul jika seseorang merasa sesuatu yang akan datang diduga mengancam dan merugikan dirinya sehingga ia merasa tidak mampu menghadapinya. Dalam artian, kecemasan merupakan ketakutan yang diciptakan oleh diri sendiri dengan pertanda takut pada sesuatu hal yang belum terjadi.

Apabila kita melihat dari sudut pandangan Islam, kecemasan ini disebabkan oleh ketakutan akan ujian yang akan diberikan Allah yang mana nyatanya sudah dijelaskan di dalam Al-quran bahwa Allah tidak akan memberikan ujian kepada manusia yang mana melebihi batas dari kemampuannya.

أ ش ر ه م
 ح م خ ه م
 ل خ ل ه م
 ه م

Persepektif Islam menggambarkan kecemasan merupakan sesuatu yang datang secara alami, manusia akan wajar mengalami kecemasan, rasa cemas adalah hal yang secara alami di berikan oleh Allah kepada manusia. Karena itu untuk meredakannya manusia haruslah kembali kepada Allah (Rusydi,2015)

﴿ ٱلَّذِينَ يَدْعُونَ إِلَىٰ تَخَلُّفِ الْوَالِدِ ٱلَّذِينَ يَدْعُونَ إِلَىٰ تَخَلُّفِ الْوَالِدِ ٱلَّذِينَ يَدْعُونَ إِلَىٰ تَخَلُّفِ الْوَالِدِ ﴾

Dari ayat tersebut dapat di pahami bahwa manusia setingkat nabi juga memiliki rasa cemas dan sedih, cemas adalah perasaan yang manusiawi. Untuk meredakannya dapat di lakukan dengan mendekati diri pada Yang Maha Kuasa untuk membentuk pertahanan spiritual yang dilakukan oleh para nabi sebagaimana do'a yang di ajarkan Rasul SAW sebagai berikut.

“Ya Allah, sesungguhnya aku berlindung pada Mu dari rasa cemas dan sedih” (H.R. al-Bukhari)

Hadis tersebut di pahami bahwa kecemasan merupakan hal yang senantiasa di lawan manusia dan melawannya dengan pendekatan spiritual untuk menghindari dan berlindung dari kecemasan yang menciptakan ketidak seimbangan dan ketidak sehatan rohani (Rusydi,2005).

B. Pola Kelekatan Aman

1. Definisi Kelekatan

Kelekatan (*attachment*) merupakan keadaan emosional individu yang kuat dengan individu lainnya, berusaha melakukan segala cara untuk membangun dan mempertahankan relasi tersebut (Santrock,2011). Kelekatan merupakan ikatan kasih sayang di antara manusia yang terjadi dalam kurun waktu yang

lama. Pada hal ini, mengacu pada hubungan emosional yang mendalam kepada orang lain dalam kurun waktu dan ruang (Bowlby, 1969).

Ainswort menggambarkan bahwa kelekatan adalah ikatan emosional yang terjali kuat dari anak dengan sosok yang di anggap penting atau khusus dalam kehidupannya seperti sosok orang tua (Ervika,2005).Kelekatan adalah ikatan kasih sayang yang berhubungan dan menimbulkan rasa aman di dalamnya (Bee,2011). Kelekatan adalah proses yang berlangsung antara anak dengan pengasuh nya yang jika dibina dalam hubungan yang lama akan menciptakan rasa aman. Kelekatan menurutnya adalah ikatan emosional individu yan bersifat spesifik dan di dukung oleh tingkah laku lekat untuk menjaga hubungan tersebut dan bersifat kekal (Durkin,1995).

Tingkah laku khas manusia untuk cenderung mendekat pada orang lain dan mencari kepuasan dalam hubungan tersebut juga di sebut dengan kelekatan (Soetjningsih,2013) Mencari dan mempertahankan kontak dengan orang tertentu di sebut dengan kelekatan, yang mana yang terpilih adalah pengasuh (ibu), ayah, dan saudara terdekatnya (Monk&Knoers,2006)

Kelekatan meruakan ikatan emosional yang kuat dengan orang lain (Cox,2011). Pengertian attachment sebagai ikatan emosional yang saling timbal balik satu sama lain dan bertahan antara dua individu, lebih utamanya pada bayi dan pengasuh yang memberikan kontribusi terhadap hubungan tersebut (Papalia, Old&Feldman,2009).

Berdasarkan dari pengertian di atas maka dapat di simpulkan bahwa kelekatan merupakan hubungan antara individu dengan figure lekat nya yang

bersifat spesifik dan berada dan tidak lekang oleh waktu dan berusaha untuk mempertahankan hubungan lekat tersebut.

2. Kajian Teori Kelekatan

Kelekatan pada mulanya di kemukakan oleh Bowlby pada tahun 1958 yang mana didefinisikan sebagai ikatan emosional individu dalam menjaga kedekatan dengan individu yang lainnya berguna mencapai kemampuan hidup yang lebih baik, atau biasa di artikan keinginan anak untuk selalu berdekatan dengan figure lekatnya, yakni orang yang mengasuhnya. Pada mulanya istilah kelekatan oleh Bowlby di gunakan untuk menggambarkan hubungan antara ibu dan anak. Manusia pertama kali membangun hubungan lekatnya dengan ibu, tak lama kemudian dengan orang di sekitar ibunya pada pertengahan kedua usia mereka yang pertama (Johnson& Medinnus,1974).

Kelekatan pada tahun pertama kehidupan anak adalah penting, karena secara naluriah anak dan ibu memiliki keinginan untuk membentuk sebuah kelekatan. Pada saat bayi, anak mendapatkan anugerah berupa perilaku yang mendorongnya untuk memiliki kelekatan dengan ibunya. Bayi menangis, merengek, menempel, dan tertawa. Kemudian belajar merangkak mengikuti ibunya, belajar untuk berdiri, semua perilaku itu semata-mata untuk mendekati diri dengan ibunya. Secara tidak langsung pun ibu memiliki kelekatan pada anaknya dengan mulai mengajak bicara, memeluk, bercanda dengannya, serta dengan sekuat tenaga memenuhi kebutuhannya.

Kelekatan berkembang dalam beberapa tahapan yang mana didasari oleh perubahan kognitif dan hasil interaksi alamiah bayi dengan pengasuh. Tahapan-tahapan tersebut terbagi menjadi empat tahapan (Shaffer, 2010):

a. Tahapan *Indiscriminate Sociability* (usia 0-2 bulan)

Pada usia 0-2 bulan, anak belum bisa membedakan orang-orang di sekitarnya dan merasa senang dengan semua orang yang memberikan kebahagiaan kepadanya baik itu orang yang ia kenal maupun tidak.

b. Tahapan *Attachment is the making* (usia 2-7 bulan)

Pada usia 2-7 bulan, anak mulai memahami dan menyukai orang yang ia kenal dan mulai tersenyum pada orang yang ia lebih kenal.

c. Tahapan *Spesific, clear-cut attachment* (usia 7-24)

Pada usia 7-24 bulan, anak mulai mengembangkan keterikatan dengan sosok pengasuh pertama, seperti ibu dan akan berusaha untuk selalu berada di dekatnya. Ketika ia berpisah dengan figure tersebut maka ia akan menangis.

d. Tahapan *Goal-coordinated partenerships* (usia 24 bulan dan seterusnya)

Pada usia 24 bulan hingga seterusnya, anak merasa sudah mampu menjalin hubungan dengan pengasuh pertama dan tidak akan merasa sedih meskipun harus berpisah dengan pengasuh dalam jangka waktu yang lama.

Pada anak usia 6 sampai 12 tahun , toleransi anak terhadap keberpisahan fisik dengan figure lekatnya semakin meningkat. Anak masih ingin memiliki kedekatan dengan orang tuanya, tapi tidak terlalu membutuhkan kontak fisik lagi seperti pada masa usia dini, tetapi lebih kepada kontak non fisik seperti perhatian.

Usia 6 sampai 12 tahun adalah masuk pada usia anak bersekolah. Anak- anak memahami dimana dan dengan siapa mereka menghabiskan waktu dan juga mengasah kemampuan mentalnya yang membawa pada mengontrol dan mengatur hubungan dengan orang lain.

Di usia tersebut, mereka terbiasa untuk membagi hari yang mereka lalui dengan lingkungan dan menyisakan waktu dengan figure lekatnya. Sebagai konsekuensinya, mereka bertemu dengan serangkaian konteks permasalahan, strategi interpersonal, dan bahaya yang tidak mereka pelajari dirumah. Tetapi mereka memiliki bekal berdasarkan dengan hubungan saat mereka bersama dengan figure lekatnya. Dari permasalahan dengan lingkungan mereka bisa belajar memegang lebih dari satu perspektif pikiran, berpikir logi, negosiasi dan kompromi, perlindungan akan dirinya, dan hubungan dengan teman sebaya (Crittenden, 2010).

Bowlby menjelaskan bahwa *Internal Working Model of Attachment* mempengaruhi pada perasaan *secure* dan *insecure*. *Working Model of Attachment* adalah pandangan umum individu terhadap orang terdekatnya tentang bagaimana orang terdekatnya memberi dukungan ketika di butuhkan dan bagaimana responnya sehingga ia merasa dirinya mendapatkan perhatian dan dukungan.

Working Model of Attachment berperan dalam membentuk afeksi dan kognitif seseorang dalam membentuk konteks perilaku yang berhubungan

dengan kelekatan. *Working Model* terbentuk dari pengalaman individu di masa lalu dengan figure lekatnya yang mana melihat apakah figure tersebut responsive dan sensitive terhadap kebutuhan dan mencintai sehingga individu merasa di cintai dan memandang positif. Sedangkan *insecure* memandang sebaliknya, figure tersebut kurang responsive dan kurang sensitive terhadap kebutuhan dan kurang mencintai sehingga individu merasa dirinya tidak dicintai dan memandang negative (Collins& Feeney,2004).

Terdapat tiga bentuk kelekatan menurut Bowlby yakni bentuk *secure attachment* (kelekatan aman), *anxious resistant attachment* (cemas ambivalen), dan *anxious avoidant attachment* (cemas menghindar) (Yessy, 2003).

a. Pola *secure attachment*

Pola ini terbentuk atas interaksi anak dengan orang tua yang mana anak merasa percaya kepada orang tua sebagai sosok yang selalu mendampingi, responsive, penuh dengan kasih sayang dan tempat mereka berlindung dari ancaman serta tempat strategis untuk mendapatkan kenyamanan. Mereka percaya bahwa orang tua adalah responsivitas terbaik. Jika seseorang memiliki kelekatan aman dan kepercayaan subjeknya menganggap bahwa orang lain positif tentang dirinya dan menganggap bahwa lingkungannya juga menghargainya dan mencintainya (Liliana dalam Ma'rifat& Budiani,2012).

Bentuk dari pola kelekatan ini adalah mempunyai mental diri sebagai orang yang berharga, penuh dorongan, bersahabat, dipercaya dan memiliki kepercayaan dalam berhubungan dengan orang lain, penuh dengan kasih

sayang, memiliki pandangan positif pada dirinya dan orang lain, peduli dengan lingkungan sekitarnya.

b. Pola *anxious resistant attachment*

Pola ini berkaitan dengan interaksi anak dengan orang tua yang mana anak tidak yakin bahwa orang tua selalu ada dan responsive atau cepat membantu serta datang kepadanya pada saat di butuhkan. hal ini mengakibatkan ia menjadi anak yang memiliki kecemasan untuk berpisah, menggantungkan diri, meminta perhatian, dan cemas dalam mengeksplorasi lingkungan. Pada pola ini mereka merasakan ketidak pastian sebagai akibat dai orang tua yang tidak selalu ada dan merasakan keterpisahan.

Bentuk dari kelekatan ini yakni merasa bingung dengan hubungan dengan orang lain, merasa tidak dicintai oleh lain, enggan mendekati orang lain, memandang orang lain memiliki komitmen yang rendah dalam hubungan interpersonal, merasa kurang berharga, kurang perhatian, tidak di cintai, dan khawatir jika teman-teman tidak mencintainya.

c. Pola *anxious avoidant attachment*

Pola ini berakaitan dengan interaksi anak dengan orang tua yang mana anak tidak memiliki kepercayaan dalam diri orang tua karena saat mencari kasih sayang anak cenderung di tolak bahkan tidak di respon. Pada pola ini konflik bersifat tersembunyi sebagai hasil dari perilaku orang tua yang bersifat konstan.

Bentuk dari kelekatan ini adalah memiliki mental diri sosial yang tidak percaya dengan orang lain, memandang orang lain kurang pendirian, skeptis, curiga, merasa takut kehilangan, memiliki tingkat emosi yang rendah ketika

berhubungan dengan orang lain, cenderung tertutup dengan tidak membagi perasaan dan pikiran pada orang lain.

Menurut Bowlby dalam Durkin, ada dua macam figure lekat, yaitu figure lekat utama dan figure lekat pengganti. Individu yang memberikan respon ketika anak menangis namun tidak memberikan respon perawatan yang lebih lanjut cenderung dipilih sebagai figure lekat pengganti (Aji&Uyun,2010). Kondisi yang dapat menimbulkan kelekatan anak pada seseorang yakni:

a. Pengasuhan anak

Individu yang banyak mengasuh anak dan memberikan hubungan dengan tujuan mendidik dan membesarkannya. Hal tersebut menyangkut kualitas hubungan antara pengasuh dengan anak yang mana pengasuh anak haruslah berhubungan secara berkesinambungan.

b. Komposisi keluarga

Ada kemungkinan anak akan memilih salah satu dari anggota keluarga sebagai figure lekatnya. Figur yang di pilih adalah figure yang memenuhi persyaratan seperti ibu.

Seorang anak di katakan memiliki kelekatan dengan orang lain jika ia memiliki kelekatan fisik dengan seseorang, cemas ketika berpisah dengan figure lekatnya, gembira dan lega ketika figure lekatnya muncul, dan orientasi nya kepada figure lekatnya dengan berusaha mencari perhatian dari figure lekatnya tersebut (Maccoby, dalam Ervika,2005).

Jika figure lekat seperti orang tua telah mampu memberikan kelekatan aman pada seseorang maka selanjutnya seseorang tersebut akan selalu membutuhkan

nya dan mencarinya di masa ketika ia merasa cemas atau merasa terancam karena figure tersebut sudah di anggap sebagai *secure base* untuk orang tersebut (Ainsworth dalam Santrock, 2011). Secure attachment atau kelekatan yang aman menurut Armsden dan Greenberg (1987) adalah rasa aman yang berasal dari pemeliharaan kelekatan yang di nominasi keyakinan atas adanya figure lekat (responsive dan mudah di akses) melebihi kekhawatiran mengenai tidak tersedianya figure lekat saat di butuhkan.

Individu yang mendapatkan pola kelekatan sesuai, mampu membuat dirinya menjadi diri yang dapat membentuk hubungan baik dengan orang lain dan mereka dapat juga membentuk hubungan sehat bersama orang lain dan mereka dapat juga membentuk pesahabatan yang erat. Individu dengan karakteristik tersebut menciptakan ikatan yang di sebut kelekatan aman (Papalia& Feldman, 2009). Ijzendoorn & Sagi (1988) memprediksi anak dengan kelekatan aman dapat mempengaruhi keadaan emosional, kognitif, dan keadaan sosial dirinya ketika dewasa. Lebih dari itu, individu dengan kelekatan aman di prediksi akan memiliki adaptif yang berfungsi dalam mengembangkan hubungan romantisme di bandingkan dengan individu yang memiliki karakteristik kelekatan tidak aman.

Manfaat kelekatan antara lain memberikan rasa aman ketika figure lekatnya berada di sekitarnya pada saat masa-masa sulit, penyalur ekspresi dan komunikasi dengan figure lekatnya baik tentang pengalaman atau ungkapan perasaan, dan sebagai dasar untuk eksplorasi yang mana ketika seseorang memiliki kelekatan aman, ia dapat memiliki kepercayaan diri yang tinggi

untuk mengeksplorasi sekitar, karena ia merasa bahwa ia memiliki seseorang yang ada untuknya dalam masa-masa sulit (Davies dalam Feeney dan Noller 1996).

3. Aspek Pola Kelekatan Aman

Aspek penting untuk mengetahui pola kelekatan aman (Bowlby dalam Shaffer,2010) ada dua yakni pandangan/gambaran terhadap dirinya (*self image*) dan gambaran akan lingkungan selain dirinya (*other image*). *Self Image* dan *other image* ini muncul dari interpretasi *Internal Working Model* (Larasati&Desiningrum,2017).

a. *Self image*

Gambaran diri merupakan hasil dari pengalaman masa lalu individu beserta cara orang lain memperlakukan individu. Gambaran diri yang positif dinyatakan sebagai kesadaran internal dari diri yang berharga, memiliki kemampuan, dicintai, dan mendapat dukungan. Individu memandang dirinya sendiri secara positif, sehingga dirinya merasa berharga dan mampu untuk menerima kekurangan dan kelebihanannya, merasa memiliki kemampuan yang dibanggakan, serta merasa pantas untuk dicintai dan mencintai.

Di lain pihak, individu yang memandang dirinya secara negatif , merasa sebagai orang yang tidak berharga, tidak memiliki kemampuan untuk dibanggakan, dan merasa dirinya tidak pantas untuk dicintai oleh orang lain.

b. *Other image*

Gambaran terhadap orang lain juga merupakan hasil dari pengalaman masa lalu individu yang berkaitan dengan sikap orang lain terhadap individu. Individu

yang memiliki gambaran yang positif terhadap orang lain, menganggap orangtuanya dapat dipercaya, dapat diandalkan ketika menghadapi masalah dengan selalu ada untuk memberikan dukungan, dan dapat memberikan kasih sayang pada orang lain sehingga pantas dicintai. Ia akan menganggap bahwa lingkungan menganggap dirinya sebagai sosok positif dan menghargai dan mencintainya.

Berdasarkan dari aspek-aspek di atas maka dapat di simpulkan bahwa aspek kelekatan berupa *self image* yang merupakan gambaran diri dan *other image* yang merupakan gambaran akan orang lain.

4. Faktor-faktor Pola Kelekatan

Faktor dari pembentukan dan pengembangan kelekatan adalah adanya penerimaan terhadap figure lekat, kepekaan terhadap kebutuhan figure lekat terhadap kebutuhan individu, dan respon satu sama lain dalam menanggapi stimulus-stimulus yang berguna untuk memperkuat kelekatan keduanya.

Kelekatan di bentuk oleh aspek-aspek berikut (Papalia dkk,2009) :

1. Sensivitas figure

Sensivitas figure adalah bagaimana figure lekat memiliki kepekaan terhadap kebutuhan individu dan sebesar apa figure lekat mengetahuinya.

2. Responsivitas figure

Responsivitas figure adalah bagaimana figure lekat menanggapi atau merespon kebutuhan individu.

Ainsworth mengemukakan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi pembentukan kelekatan (Feeney & Noller,1996) yakni pengalaman di masa

lalu, keturunan dan jenis kelamin. Pengalaman di masa lalu berkaitan dengan hidup seseorang sebelum melewati masa remaja atau dewasa. Perlakuan orang di sekitar membangun kelekatan dan akan mempengaruhi dirinya. Kehilangan, perpisahan, dan perilaku saat ia masih kecil hingga dewasa akan membentuk kelekatan diri seseorang.

Keturunan belum dipastikan sebagai pembawa kelekatan atau sifat keturunan namun anak meniru pada hal apa yang ia lihat, tidak hanya pada pengasuh tapi juga orang-orang di sekitarnya. Ketika ia terus menerus melihat dan melakukan perlakuan yang sama, maka tidak hanya perilaku yang ia tiru namun juga emosi yang dapat ia bshaawa hingga beranjak dewasa dan dapat ia munculkan ketika ia memiliki sebuah hubungan dengan orang lain.

5. Kelekatan dalam Perspektif Islam

Setiap manusia yang lahir di bumi mengemban sebuah potensi untuk di kembangkan. Ketika seorang anak lahir, pada hakikatnya ia lahir dalam keadaan bertauhid kepada Allah SWT (fitrah). Saat anak telah berada dalam pangkuan kedua orang tuanya maka menjadi tugas orang tua untuk menghantarkan kefitrahan tersebut pada jalan yang benar atau menjadi sebuah kesesatan.

Hadis Nabi Muhammad SAW dalam kitab *al-Jana'iz* pada bab *Ma Qila fi Aulad al-Musyrikin* (no. Hadist 1296) menyebutkan

“Setiap bayi yang lahir dalam keadaan fitrah. Maka orang tuanyalah yang kemudia berperan dalam merubah fitrahnya, apakah ia kelak menjadi Yahudi, menjadi Nasranim atau menjadi Majusi sebagaimana binatang ternak dengan sempurna. Apakha kalian melihat ada cacat padanya?” (H.R. Bukhari)

kewajiban seorang muslim dikarenakan anak sebagai amanat yang di pertanggung jawabkan (Mualifah, 2009).

Emosi dari orang tua juga mempengaruhi, bahkan ketika di dalam kandungan. Dalam penelitian Rene Van de Carr, emosi dan kognisi memiliki hubungan terhadap perkembangan yang mana dalam hasil penemuannya anak yang sejak dalam kandungan sudah di berikan stimulus intelektual maka akan menjadi cerdas dan peka emosinya (Muallifah,2009).

C. Harapan

1. Definisi Harapan

Pada berbagai literature dan prosa harapan di gambarkan sebagai suatu emosi yang mempertahankan seseorang untuk tetap memegang teguh keyakinan dalam kondisi terburuk. Erikson menunjukkan bahwa dalam harapan ada perkembangan kognitif yang sehat. Erikson juga medefinisikan harapan sebagai keyakinan untuk mencapai batas kemampuan dan memiliki keinginan yang kuat yang mana terlepas dari dorongan gelap dengan arti harapan adalah keyakinan untuk individu dalam mempertahankan dalam mencapai tujuannya (Lopez& Snyder,2004).

Harapan mencerminkan persepsi individu terkait kapasitas kemampuan dalam dirinya untuk mengembangkan strategi spesifik untuk mencapai tujuan dan mempertahankan strategi tersebut (Lindley & Joseph,2004). Stotland juga menyebutkan bahwa harapan merupakan penantian akan pencapaian di masa yang akan datang yang di perantarai oleh tujuan dan pentingnya tujuan untuk individu mendorong untuk mencapainya (Sidabutar, 2008)

Harapan juga sebagai sistem motivasi yang mengajarkan pada seseorang bagaimana seseorang menghargai serta mengejar tujuan baik ketika ia sudah mampu untuk melaluinya atau tidak. Harapan menunjukkan pada bagaimana tujuan tidak menghasilkan sebuah kebiasaan tapi kepada bagaimana seseorang memandang diri mereka sebagai orang yang mampu menerapkan perilaku untuk mencapai keinginannya dan menghasilkan respon. Intinya, harapan secara umum merupakan keadaan mental yang positif terhadap kemampuan menggapai tujuan di masa yang akan datang.

Shane menyebutkan bahwa Gottschalk menjelaskan dalam istilah harapan positif sebagai keyakinan bahwa hasil akhir yang menguntungkan untuk individu akan terjadi. Harapan merupakan kekuatan provokatif yang mendorong untuk bergerak melawan permasalahan dalam psikologis. (Lopez,2009).

Persepsi individu dalam menkonsep tujuan secara jelas dan mengembangkan strategi untuk mencapai keinginan (*pathway thinking*), dan mempertahankan motivasi untuk tetap menggunakan strategi tersebut (*agency thinking*). *Pathway thinking* dan *Agency thinking* adalah dua hal yang saling berkaitan dan tidak terpisahkan satu sama lain namun bukanlah komponen yang sama (Lindley & Joseph,2004).

Harapan di artikan sebagai proses dari pemikiran akan satu tujuan dengan motivasi untuk mencapainya dan di bantu dengan cara-cara untuk mencapai tujuan. Contohnya, harapan bukanlah makna emosi, melainkan salah satu sistem dari motivasi yang bergerak secara dinamis. Saat proses meraih tujuan

di lakukan emosi mengikuti kesadaran. Harapan juga di maknai sebagai salah satu bentuk situasi yang berkolaborasi secara positif dengan harga diri, kemampuan dalam menyelesaikan masalah, optimis dengan harapan positif (Snyder dkk, 2002).

Berdasarkan dari pengertian di atas maka dapat di simpulkan, Harapan merupakan penantian individu terhadap keinginannya dengan usaha-usaha untuk mencapai tujuan atau keinginan tersebut.

2. Kajian Teori Harapan

Snyder (2002) menyebutkan bahwa harapan adalah keseluruhan dari kemampuan seseorang untuk menghasilkan alur menuju keinginannya bersama dengan motivasi untuk menggunakan jalur tersebut dengan harapan di dasarkan pada pikiran positif untuk mencapai tujuannya. Snyder dkk (2002) juga menjelaskan harapan adalah sekumpulan kognitif yang mana berhubungan timbal balik antara yakni *pathway* (rencana) dengan *agency* (energy).

Teori harapan juga menerapkan hambatan, stressor, dan emosi. Saat individu menjumpai hambatan maka ia akan cenderung menilai kondisi tersebut adalah stressor. Emosi positif atau negative tergantung pada bagaimana individu mempersepsikan keberhasilannya. Snyder juga mengkonseptualisasi harapan menjadi harapan berbasis emosi, harapan berbasis kognitif dan harapan berbasis kognitif - emosi.

Harapan berbasis emosi oleh beberapa peneliti di tempatkan pada empat mode. Averill, Catlin & Cohn menggambarkan teori emosi sebagai emosi yang

memang di kendalikan oleh kognisi. Beberapa peneliti melihat harapan sebagai hal yang baik untuk diraih jika tujuannya:

- a. Secara alasan mampu untuk individu raih.
- b. Berada pada kontrol.
- c. Dipandang memiliki kepentingan oleh individu.
- d. Dapat di terima baik sosial maupun moral.

Teori tersebut berlatar belakang konstruksionis sosial yang berdasakan pada norma dan nilai sosial yang ada di masyarakat dalam mendefinisikan makna yang sesungguhnya dalam harapan. Oleh sebab itu Averill memandang bahwa harapan hanya di pahami oleh konteks sosial kultural (Lopez& Snyder,2004). Harapan lebih di pandang dari sudut perilaku oleh Mowrer dengan harapan sebagai sebuah afektif dari pengukuhan sekunder.

Penelitian terhadap binatang, Mowrer mencatat bahwa ketika ia bekerja terhadap stimulus-respon, emosi harapan muncul. Pada saat afektif muncul binatang terlihat mengantisipasi kondisi yang menyenangkan, terlihat pada aktivitasnya. Dengan hal itu, harapan meneruskan perilaku yang di inginkan dengan cara memberikan pengukuhan terhadap stimulus aslinya. Tetapi bertolak belakang dengan Mowrer, Marcel memandang harapan sebagai perasaan individu yang hadir ketika kondisi yang mengarah pada keputusan (Lopez, 2009)

Harapan berbasis kognisi lebih banyak di lirik dalam penelitian. Erikson sudah menyatakan bahwa harapan merupakan elemen perkembangan kongnisi yang sehat. Harapan sebagai keyakinan yang memperbolehkan individu untuk

bergeak kearah tujuannya. Erikson juga menempatkan harapan dalam konteks perkembangan di sebabkan konflik perkembangan yang muncul secara internal disebabkan adanya harapan.

Breznits juga menempatkan harapan pada kognitif karena harapan yang mempengaruhi individu adalah harapan yang kuat hingga bisa menyebabkan respon secara fisiologis. Stotland,dkk juga menjelaskan bahwa harapan seperti sebuah ekspektasi yang lebih megah dari nol dalam meraih keinginan. Harapan di tentukan oleh persepsi tentang kemungkinan meraih tujuan dan pentingnya tujuan. Jika level kepentingannya cukup dengan tujuan maka harapan akan hidup dimana ia di perantai oleh keinginan dan tindakan actual kearah keinginan.

Snyder menjelaskan tentang teori harapan memadukan antara kognisi dengan emosi. dalam hal ini teori harapan di dasarkan pada kemampuan dan keyakinan seseorang mampu membentuk rute perencanaan (*pathway thinking*) dan memiliki motivasi untuk dapat melaksanakan perencanaan tersebut. Pada *agency thinking* individu melakukan *self-talk* tentang keyakinan dirinya seperti “aku mampu” atau “aku bisa” sebagai motivasi untuk melaksanakan rute perencanaan (*pathway thinking*) sehingga pada akhirnya keduanya saling tidak terpisahkan satu sama lain sebagai umpan maju mekanisme emosi untuk mendapatkan tujuannya.

3. Aspek Harapan

Snyder (2000) menjelaskan komponen yang terkandung pada teori harapan yakni *goal*, *pathway thinking*, *agency thinking*, serta perpaduan (kombinasi) *pathway thinking* dan *agency thinking* (Iriani&Syafiq,2017).

a. *Goal* (tujuan) adalah sasaran dari tahapan tindakan mental yang mana ia menghasilkan komponen kognitif yang mana tujuan bersifat untuk menyediakan akhir dari perilaku mental individu. Tujuan tersebut harus bernilai agar sampai pada pikiran sadar. Tujuan terbagi menjadi tujuan jangka pendek dan tujuan jangka panjang. Tujuan ini haruslah bermakna agar pemikiran sadar teraktifkan akan tetapi tetap mengandung sebuah ketidak pastian. Ketika dalam sebuah tujuan memiliki keefektifan pencapaian secara sempurna, maka tidak memerlukan harapan karena tujuan sudah pasti terwujud. Harapan yang sesuai adalah harapan yang memiliki tingkat kemungkinan rata-rata atau sedang. Tujuan di capai dengan kerja keras.

b. *Pathway thinking*

Pathway thinking menurut Snyder pikiran individu terhadap dirinya mampu dalam menkonsep tujuan secara jelas dan mengembangkan strategi untuk mencapai keinginan. Jika seseorang ingin mencapai tujuan maka ia harus memandang bahwa dirinya mampu dalam mengembangkan jalur guna mencapai tujuan.

Pathway thinking di gambarkan dengan komunikasi internal yang menyatakan bahwa ia mampu dalam menyelesaikan permasalahan. Irving dkk (dalam Snyder,dkk, 2002) mengatakan bahwa *Pathway thinking* mencakupi individu memiliki lebih dari satu cara untuk menyelesaikan masalah ketika ia memiliki

hambatan. Individu yang memiliki harapan tinggi merasa bahwa ia memiliki berbagai alternative untuk menyelesaikan permasalahan dan biasanya alternative tersebut efektif untuk di lakukan.

c. *Agency thinking*

Komponen motivasional dalam teori harapan adalah *Agency* yang mana kapasitas untuk menggunakan suatu jalur. *Agency thinking* mempertahankan motivasi untuk tetap menggunakan strategi tersebut. *Agency thinking* mencerminkan penilaian akan dirinya yang mampu menghadapi masalah dengan kemampuannya. Individu dengan harapan tinggi biasanya melakukan *self-talk*, contohnya “Saya pasti bisa”, “Saya mampu melakukannya”, dan “Saya tidak akan menyerah”.

Agency thinking berguna pada semua pemikiran yang berorientasi pada keinginan namun akan lebih berguna pada saat ia mengalami hambatan. Ketika individu mengalami suatu hambatan maka *Agency* berusaha membantu untuk memberikan motivasi pada jalur terbaik (Irving dkk, dalam Synder,2002)

d. Perpaduan (kombinasi) *pathway thinking* dan *agency thinking*

Pathway thinking dan *Agency thinking* adalah dua hal yang saling berkaitan dan tidak terpisahkan satu sama lain namun bukanlah komponen yang sama. Mereka saling berhubungan timbal balik dan memiliki hubungan positif. Jika salah satunya tidak ada maka kemampuan tidak akan terpenuhi. Beberapa penelitian menunjukkan hal tersebut mendapati beberapa individu tidak memiliki salah satu dari keduanya.

Jika individu memiliki kedua komponen *Pathway thinking* dan *Agency thinking*, maka ia memiliki harapan yang tinggi (Synder,1994).

Synder membagi perpaduan (kombinasi) *Pathway thinking* dan *Agency thinking* dalam empat kategori. *Pathway thinking* dan *Agency thinking* rendah, *Pathway thinking* rendah dan *Agency thinking* tinggi, *Pathway thinking* tinggi dan *Agency thinking* rendah, *Pathway thinking* rendah dan *Agency thinking* tinggi.

Individu yang memiliki *Pathway thinking* dan *Agency thinking* rendah hanya mempunyai sedikit keyakinan bahwa tujuannya akan berhasil. Individu ini juga bermasalah karena biasanya ia tidak memiliki tujuan sama sekali. Harapan rendah berpengaruh pada kehidupan. Tanpa ada perencanaan dan motivasi untuk bertindak dalam hidup individu dapat mengalami depresi. Depresi muncul karena mereka tidak yakin impiannya akan terwujud.

Individu yang memiliki *Pathway thinking* rendah dan *Agency thinking* tinggi biasanya memiliki keyakinan bahwa ia mampu mencapai tujuan namun ia kesulitan dalam menentukan strategi agar berhasil. Jika terlalu lama dalam berpikir ia dapat mengalami frustrasi yang mana bisa menyebabkan kehilangan *Agency thinking*.

Individu yang memiliki *Pathway thinking* tinggi dan *Agency thinking* rendah memiliki strategi untuk mencapai impiannya akan tetapi ia kurang memiliki mental yang cukup untuk mencapainya. Jika individu mengalami hal ini ia akan mengalami *burnout*. Individu ini memiliki kesan bahwa ia mengerjakan sesuatu dengan baik tetapi nyatanya ia hanya tetap bertahap pada

tahapan yang sama. Individu yang memiliki *Pathway thinking* rendah dan *Agency thinking* tinggi adalah individu yang memikirkan dengan jelas tujuan dan memiliki motivasi di dalamnya. Ia senantiasa memanfaatkan kesempatan untuk mencapai tujuan yang mereka inginkan dan hanya fokus dan aktif dalam beberapa pilihan yang menguntungkan baginya.

Berdasarkan dari pengertian di atas maka dapat di simpulkan, aspek harapan antara lain yakni *goal*, *pathway thinking*, *agency thinking*, serta perpaduan (kombinasi) *pathway thinking* dan *agency thinking*. Lebih ringkas nya menjadi dua bagian besar yakni *pathway thinking* dan *agency thinking*.

4. Faktor-faktor Harapan

Weil (2000) menyebutkan bahwa faktor-faktor yang mempegaruhi harapan adalah :

a. Dukungan Sosial

Dukungan sosial erat kaitannya dengan harapan. Weil mengatakan dalam penelitiannya bahwa keluarga, kerabat, dan teman dekat pasien yang menderita penyakit kronis di identifikasi sebagai sumber dari harapan dengan bentuk mengunjungi, berbincang dan aktivitas lainnya yang mana membantu memberikan bantuan baik secara fisik dan psikis karena individu bisa mengungkapkan perasaannya. Ketika individu tidak mampu mengungkapkan perasaannya dengan cara berkomunikasi maka ia akan memiliki perasaan tidak berdaya.

b. Kontrol

Kontrol merupakan bagian penting dari suatu harapan. Mempertahankan kontrol dilakukan dengan cara hidup mandiri, menentukan pilihan sendiri, dan mencari informasi dapat menimbulkan perasaan kuat pada harapan.

c. Kepercayaan Religius

Kepercayaan religius di definisikan sebagai keyakinan individu terhadap hal positif yang mana ia meyakini bahwa setiap tujuan, situasi atau hal yang terjadi sudah di tetapkan sebelumnya. Spiritualisasi merupakan konsep yang tefokus pada tujuan dan makna hidup yang berkaitan dengan alam maupun dengan Tuhan (Reed dalam Weil,2000). Raleigh (dalam Weil,2000) kegiatan religius merupakan salah satu strategi umum untuk mempertahankan dan mendukung harapan pasien dengan penyakit kronis.

Snyder juga menambahkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi tujuan harapan ada tiga (Carr,2004) yakni nilai dari hasil yang ia usahakan, pemikiran individu akan seberapa efektif dalam berupaya mencapai tujuan, dan hal yang di rencanakan dipastikan sesuai terhadap hasil dan efektif akan berhasil untuk mencapai sesuatu yang di hasilkan.

Berdasarkan dari faktor di atas maka dapat di simpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi harapan adalah dukungan sosial, kontrol, kepercayaan religius, nilai usaha, pemikiran efektifitas, dan rencana yang sesuai.

5. Harapan dalam Perspektif Islam

Dalam ajaran Islam harapan di beri istilah *raja'*, yang mana Imam Al-Ghazali menuliskan dalam kitabnya, *Ihya Ulumuddin* memaknai sebagai kesenangan hati untuk menantikan apa yang di senangnya. Suatu penantian

dapat dikatakan *raja'* hanya berlaku dengan segala sebab musabab yang telah di lakukan oleh seseorang. Walaupun masih ada sebab yang di luar jangkauan yaitu karunia Allah untuk menghindarkan sebab yang membinasakan. Apabila seseorang tidak memberikan usaha layaknya menanam sebuah tanaman di tempat gersang yang tidak di aliri air maka itu bukanlah *raja'* namun hanya *tamanni* (angan-angan) (Hawwa,2001).

Seseorang yang melakukan sebuah tindakan yang tidak terpuji yang mana merugikan orang lain dan bertaubat, ia layak untuk berharap menerima ampunan dari Allah SWT. Apabila seseorang memilik keinginan ataupun cita-cita ia perlu berikhtiar dan berdoa kepada Allah SWT agar yang di inginkan menjadi terwujud. Hal tersebut merupakan bagian dari harapan. Allah berfirman:

□ □ بر □ □ بن بي بي تر

“Hai manusia, Sesungguhnya kamu telah bekerja dengan sungguh-sungguh menuju Tuhanmu, Maka pasti kamu akan menemui-Nya.”

Manusia perlu untuk tetap berusaha dalam menggapai apa yang ia inginkan dan tidak berputus asa dalam menghadapi segala rintangan yang ada. Allah berfirman:

□ □ أ ج ل خ د له ج ع ح م ن ج ن خ

“Hai anak-anakku, Pergilah kamu, maka carilah berita tentang Yusuf dan saudaranya dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah melainkan kaum yang kafir”.

Maka telah di jelaskan bahwa harapan memiliki banyak potensi untuk di terima dengan melakukan kebaikan dan mendekati diri kepada Allah SWT. Ikhtiar yang di lakukan dengan konsisten dan bersungguh-sungguh akan mengimbangi harapan seorang hamba atas apa yang telah ia usahakan.

D. Sepatu Roda *In-Line Skate*

Sepatu roda *In-Line Skate* atau *Roller Blade* adalah jenis sepatu roda yan mana memiliki dua hingga lima roda dalam satu garis lurus pada tiap sepatu. Sepatu jenis *In-Line Skate* biasanya memiliki rem untuk menahan kecepatan laju dan juga menggunakan tumit untuk berhenti. *In-Line Skate* ini di temukan pada tahun 1700-an dan masih menjadi perdebatan siapa yang menemukan akan tetapi *Roller Skate* atau *Roller Blade* pertama yang di beri hak paten adalah Petitbled dari Prancis.

Kemudian terus di sempurnakan oleh berbagai pengerajin sepatu hingga pada puncaknya pada tahun 1979 dibuatlah *Roller Blade* dengan berbagai penyesuaian oleh pemain hoki bernama Scott dan Brenan Olson dari Chicago, hingga tahun 1984 perusahaanya berbagi saham dengan Bob Neagele, Jr dan memberi nama tokonya *Roller Blade Inc.*

Sepatu roda *In-Line Skate* dalam tingkatannya di bagi menjadi tiga di Indonesia yakni fun skate, standar, dan speed. Pada tingkatan fun skate, atlet yang menjadi bagiannya adalah atlet-atlet pemula yang baru belajar bermain sepatu roda dan biasanya hanya untuk bersenang-senang dalam pertandingan karena rata-rata anggota bagian fun skate adalah anak berusia 4-6 tahun dan masih memilih untuk benar-benar serius pada olahraga ini atau tidak.

Pada tingkatan standar, atlet yang menjadi bagiannya adalah atlet muda pemula yang masih berada dalam pengembangan teknik dasar untuk melaju, berhenti, menyelip, dan sebagainya. Pada tingkatan speed, atlet yang menjadi bagiannya adalah atlet yang siap terjun profesional dan atlet profesional. Mayoritas atlet muda sudah bisa bergabung pada tingkatan speed jika sudah memiliki kemampuan yang memadai dan mayoritas merupakan atlet muda karena sudah berlatih sejak lama.

Pada kompetisi sepatu roda *In-Line Skate* pada tingkatan speed dibagi menjadi beberapa kategori usia (KU) yang mana normalnya dibagi sesuai dengan tahun lahir. Kategori usia pada tahun 2018, kategori usia A adalah anak kelahiran 2011, kategori usia B adalah anak kelahiran 2010 & 2009, kategori usia C adalah anak kelahiran 2008 & 2007, kategori usia D adalah anak kelahiran 2006-2004 dan kategori usia E adalah anak kelahiran 2003-2000 yang merupakan kategori professional junior sebelum memasuki profesional dewasa.

Pada umumnya tiap kompetisi mempertandingkan empat kompetisi. Untuk pemula 50 & 100 M, standar 500 & 1000 M, speed 1000 M, 3000 M, dan 5000 M, dan yang terakhir marathon untuk kategori usia A-B, kategori usia C, dan kategori usia D-bebas. Peraturan biasanya tergantung pada penyelenggara, namun pada dasarnya atlet harus melewati beberapa garis finish yang tiap berapa kali finish nya tergantung keputusan panitia, dan biasanya pada tiap putaran memiliki tanda bel dan pemenang di hitung tercepat saat sampai finish. Atlet di larang mendorong, bermain kasar, memotong start, dan memotong rute.

E. Pengaruh Pola Kelekatan Aman dan Harapan Terhadap Kecemasan Kompetitif

Studi teori kelekatan menjelaskan pengalaman awal secara alamiah pada saat masa kanak-kanak dan memiliki dampak pada kepribadian dan fungsi umum individu. Kunci asumsi dari teori ini adalah perasaan aman individu menumbuhkan kepercayaan diri, kepercayaan pada orang lain dan menggunakan strategi adaptif untuk mengatasi stress.

Sedangkan individu yang tidak aman cenderung mengalami perasaan ketidakpercayaan., kepercayaan diri yang rendah dan menggunakan strategi maladaptive ketika berhadapan dengan stress. Pengalaman awal ini biasanya mempengaruhi cara individu berpikir, berperilaku, dan berinteraksi dengan orang lain di lingkungan umum. Dengan adanya pengetahuan tersebut, ada kemungkinan kelekatan dapat mempengaruhi beberapa fungsi termasuk dalam performansi.

Pada penelitian yang di kemukan Dizdari (2013) mengenai kelekatan, kecemasan kompetitif, dan kepercayaan diri pada atlet muda elit yang berusia 17-20 tahun menemukan bahwa kelekatan aman bermanfaat pada kecemasan ketika kompetisi, kepercayaan diri, dan performansi lainnya yang mana terprediksi dengan kelekatan tidak aman yang berkombinasi dengan hasil performansi atlet muda yang rendah. Artinya lainnya, kelekatan tidak aman mengganggu fungsi keseluruhan termasuk di dalam nya kecemasan dalam berkompetisi. Perenang yang memiliki kelekatan aman lebih percaya diri, lebih sedikit memiliki pengalaman dengan kecemasan kompetitif, dan lebih baik hasil

penampilannya dibandingkan dengan perenang yang memiliki pola kelekatan yang tidak aman. Hasil penemuan ini relevan dengan literatur yang di miliki peneliti tentang kelekatan aman dapat berefek pada berbagai hal terutama olahraga dan kepercayaan diri akademik.

Penelitian yang dilakukan oleh Lisinskiene,dkk (2018) dengan menggunakan metode campuran tentang hubungan interpersonal orangtua dengan atlet muda menunjukkan bahwa kelekatan orang tua dengan anak yang menjadi atlet lebih intens pada kepercayaan, komunikasi dan keterasingan di bandingkan dengan anak yang tidak berprofesi sebagai atlet. Kepercayaan pada orang tua pada atlet penting pada aktifitas olahraga. Hasil studi menunjukkan bahwa mereka bersyukur orang tua memberikan kepercayaan kepada mereka untuk memilih olahraga dan menunjukkan perhatian verbal dan non verbal yang mendukung karir olahraga mereka termasuk memenuhi kebutuhan personal, dukungan psikologis, dan dukungan terhadap kecemasan kompetitif. Kepercayaan dan dukungan tersebut mempermudah dan memperdalam komunikasi termasuk komunikasi tentang kegagalan dalam olahraga yang memperdekat hubungan.

Pada penelitian Ponseti dkk (2016) membahas tentang dampak kecemasan kompetitif dan pengaruh orang tua terhadap penampilan atlet renang muda dengan hipotesis tekanan orang tua berpengaruh pada kecemasan dan berdampak pada performansi. Di sebutkan orang tua secara umum berpengaruh dalam membentuk iklim motivasi yang mempengaruhi inisiatif, pemeliharaan dan pengabaian karier. Serta tidak lupa kualitas hubungan antara anak dengan

orang tua menjadi prediktor kecemasan yang penting dimana ia menjadi tempat yang nyaman bagi seorang atlet.

Namun dari hasil penelitian menunjukkan sebaliknya, bahwa orang tua tidak berpengaruh pada kecemasan kompetitif, dan keduanya tidak berdampak pada performansi atlet renang, di karenakan menurut Romero dkk (dalam Ponseti, 2016) atlet muda dapat memilih cara mengatasi stress secara mandiri dalam menghadapi kecemasan kompetitif tanpa menggantungkan diri pada dukungan orang tua dan keluarga. Peran pelatih dinilai lebih mempengaruhi dan menentukan cara atlet bermain dengan adil dan menerima situasi di lapangan. Selain itu dalam penelitian ini nilai kecemasan kompetitif berada pada rata-rata dan secara keseluruhan tidak tinggi karena kita perlu mengingat bahwa atlet telah berlatih beringgu minggu secara periodik sehingga dapat melemahkan gejala kecemasan kompetitif.

Penelitian dengan metode campuran oleh Blacker (2018) membahas kelekatan dan penampilan di bawah tekanan pada tugas olahraga motorik. Penelitian ini mengacu pada penemuan Forrest di tahun 2008 yang mengatakan bahwa atlet dengan kelekatan tidak aman lebih sulit melakukan penampilan dengan baik di bawah tekanan dibanding atlet yang memiliki kelekatan aman. Metode yang di gunakan metode eksperimen dan kuantitatif. Sampel penelitian pada mulanya di beri skala pola kelekatan untuk mengukur kelekatan dan mengetahui kecenderungan kelekatan ayah atau ibu. Setelahnya, mereka di pisah sesuai dengan kekekatannya dan sampel di beri tugas olahraga motorik

dengan tujuan untuk memberi tekanan ,dengan hasil akhir mereka di beri skala yang berhubungan dengan tekanan pada olahraga.

Hipotesis pada penelitian ini menyebutkan bahwa kelelahan tidak berpengaruh pada tekanan atlet dengan keterangan penelitian ini berusaha memberikan situasi tekanan pada kompetisi berupa tugas olahraga motorik tetapi kurang dapat menggambarkannya, dengan kata lain teknik dan momentum yang dilakukan pada penelitian ini kurang tepat.

Harapan dan kecemasan kompetitif masih jarang di teliti, namun ada beberapa penelitian yang menggambarkan hubungan harapan dengan kompetisi pada olahraga. Penelitian yang di kemukakan oleh Gustafsson,dkk (2010) meneliti tentang mengeksplorasi hubungan harapan dan kelelahan latihan pada kompetitif dalam olahraga. Hipotesis dalam penelitian ini adalah tidak ada hubungan antara harapan dengan kelelahan berlatih pada kompetitif olahraga.

Secara teoritis pada penelitian, individu dengan emosi negatif tidak memiliki daya kehendak dan strategi yang cukup. Namun, pada tingkat depresi yang rendah, individu dengan karakteristik ini mengetahui bagaimana cara untuk mendapatkan sesuatu, tetapi mereka tidak memiliki kemampuan untuk mempertahankan perilaku mereka. Harapan juga memungkinkan untuk mengembangkan kekuatan secara personal, memobilisasi kemampuan, dan pencapaian dalam menghadapi kesulitan.

Penelitian Gould, Dieffenbach,& Moffet menyebutkan beberapa penelitian seperti penelitian pada pelari menunjukkan bahwa atlet dengan tingkat harapan yang tinggi mendapatkan kualifikasi nasional yang lebih tinggi daripada atlet

dengan harapan yang lebih rendah. Hal ini menunjukkan bahwa harapan menjadi kunci karakteristik psikologi pada atlet yang berkompetisi (dalam Gustafsson dkk, 2010). Hasil dari penelitian ini sesuai dengan hipotesis yang menunjukkan bahwa harapan tidak berhubungan dengan kelelahan dalam berlatih pada kompetisi karena atlet yang memiliki harapan memiliki kontrol dan kekuatan dalam mencapai tujuan di sebabkan dia konsisten dalam menciptakan rute pencapaian sehingga tidak menyerah dalam berbagai kondisi dan situasi.

Woodman,dkk (2009) melakukan penelitian eksperimen tentang hubungan emosi dan subkomponen penampilan dalam olahraga, keterkaitan dengan eksplorasi dari rasa bahagia, harapan, dan marah. Penelitian ini berfokus pada cara pandang Lazarus terhadap ketiga variabel di dalam performansi. Eksperimen pertama menghasilkan bahwa marah berasosiasi dengan lemahnya otot tetapi kebahagiaan tidak berpengaruh pada penampilan. Eksperimen kedua menghasilkan sesuai dengan hipotesis yakni harapan lebih berpengaruh pada performansi dibandingkan dengan kebahagiaan. Eksperimen ketiga menguji variabel ekstraversi sebagai variabel moderator dari hubungan marah dengan performansi. Ketika marah, kekuatan ekstraversi lebih tinggi dan mempengaruhi performansi di bandingkan dengan introversi.

Berfokus pada pembahasan eksperimen kedua tentang harapan lebih berpengaruh pada performansi, hasil dari penelitian ini diskusikan bahwa harapan menghasilkan kinerja yang jauh lebih baik di bandingkan dengan kondisi emosi lainnya meskipun baik harapan maupun rasa marah atau

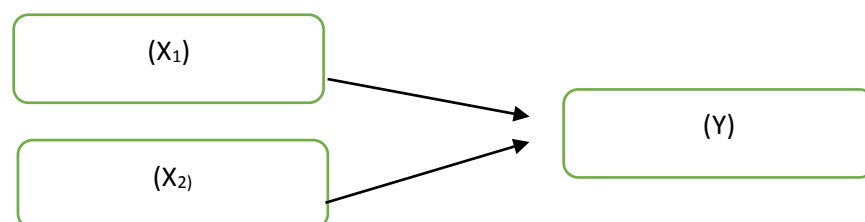
kebahagiaan sama-sama menciptakan usaha tetapi harapan memiliki kontrol untuk tetap maju di saat ia menginginkan untuk maju dan cemas dalam menghadapi keinginan secara bersamaan.

Penelitian berkaitan dengan harapan, merasakan kemampuan, dan pencapaian pada kelas olahraga yang di bahas oleh Delas dkk (2017) menjelaskan bahwa kemampuan lebih mendorong dalam pencapaian pada olahraga di bandingkan dengan harapan. Curry (dalam Delas dkk,2017) menyebutkan beberapa studi di dalamnya menjelaskan harapan memang berkorelasi dengan performansi di lapangan dan mendapat tempat dalam mengatasi suasana kompetisi, tetapi kemampuan alami seseorang dalam olahraga lebih bermain penting dalam olahraga dan lebih dibutuhkan dalam olahraga di bandingkan dengan harapan. Kemampuan atletik juga menjadi prediktor yang lebih baik dibandingkan harapan. Akan tetapi pada penelitian ini hipotesis bahwa harapan berpengaruh dengan merasakan kemampuan, dan pencapaian pada kelas olahraga.

F. Hipotesis

Skema kerangka pikir “Pengaruh *Pola Kelekatan dan Harapan* terhadap *Kecemasan Kompetitif* pada atlet anak sepatu roda White Lion In-Line Skate Club kota Malang.” bisa digambarkan sebagai berikut :

Gambar 2.1



X_1 : *Pola Kelekatan Aman*

X_2 : *Harapan*

Y : *Kecemasan Kompetitif*

—————→ : Pengaruh *Pola Kelekatan* dan *Harapan* terhadap
Kecemasan Kompetitif pada atlet anak sepatu roda
White Lion In-Line Skate Club kota Malang

Berdasarkan kerangka pikir diatas maka kita dapatkan jawaban sementara (hipotesis) pada penelitian kali ini, yakni “Terdapat pengaruh positif *Pola Kelekatan Aman* dan *Harapan* terhadap *Kecemasan Kompetitif* pada atlet anak sepatu roda White Lion In-Line Skate Club kota Malang.”

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Metode kuantitatif menekankan pengukuran objektif dan analisis statistik, matematis, atau numerik data yang dikumpulkan melalui jajak pendapat, kuesioner, dan survei, atau dengan memanipulasi data statistik yang sudah ada menggunakan teknik komputasi. Penelitian kuantitatif berfokus pada pengumpulan data numerik dan generalisasi di seluruh kelompok orang atau untuk menjelaskan fenomena tertentu (Babbie, 2010). Metode kuantitatif juga di maknai sebagai penelitian yang menekankan pada hasil analisis berupa angka yang berasal dari olahan metode statistik (Azwar,2014).

B. Identifikasi Variabel

Variabel merupakan simbol yang dapat memiliki nilai bermacam-macam (variasi), yaitu memiliki angka yang berbeda pada subjek satu ke lainnya atau objek satu kelainnya baik variasi angka tersebut variasi kuantitatif atau kualitatif (Azwar,2014). Variabel dalam penelitian ini di bagi menjadi dua, yakni variabel bebas dan variabel terikat. Variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab timbulnya variabel terikat di sebut variabel bebas. Sebaliknya, variabel terikat merupakan variabel yang di pengaruhi oleh variabel bebas (Sugiyono,2013).

Pada penelitian berjudul “Pengaruh *Pola Kelekatan* dan *Harapan* terhadap *Kecemasan Kompetitif* pada atlet anak sepatu roda White Lion In-Line Skate

Club kota Malang”, terdapat tiga jenis variabel. Variabel bebas pertama (X_1) ditunjukkan dengan pola kelekatan aman, Variabel bebas kedua (X_2) ditunjukkan dengan harapan, sedangkan variabel terikat (Y) ditunjukkan dengan kecemasan kompetitif.

C. Definisi Operasional

Batasan masalah dan penegasan isi secara operasional serta konstruk/ variabel yang akan diteliti dengan menentukan tindakan yang perlu untuk mengukur variabel di namakan definisi operasional (Arikunto, 2013)

Definisi Operasional dari penelitian ini sebagai berikut :

1. Kecemasan Kompetitif

Kecemasan kompetitif merupakan perasaan seseorang merasakan kekhawatiran, was-was, dan pikiran negative akan performansi ketika akan, saat menghadapi, dan akhir kompetisi dan bagaimana ia menginterpretasikan kecemasan tersebut menjadi tenaga atau menjadi sebuah hambatan dalam penampilannya.

Pada penelitian ini kecemasan kompetitif dilihat dari reaksi atlet anak terhadap kompetitif yang secara operasional di tandai dengan aspek kognitif (psikis) dan aspek somatic (fisik) baik sebelum, ketika, dan sedang berkompetisi yang mana aspek kognitif merupakan aspek yang berhubungan dengan perubahan kefokusian dan kondisi psikologis atlet. Sedangkan aspek somatic berhubungan dengan perubahan kondisi fisik atlet.

2. Pola Kelekatan Aman

Pola Kelekatan Aman merupakan hubungan antara individu dengan figure lekat nya yang bersifat spesifik dan berada dan tidak lejang oleh waktu dan berusaha untuk mempertahankan hubungan lekat tersebut serta individu memandang bahwa figure lekat nya responsif dan sensitive terhadap kebutuhannya. res

Pada penelitian ini pola kelekatan dilihat dari pandangan atlet anak terhadap pola kelekatan dirinya dengan orang tua yang mana secara operasional di bagi menjadi aspek *self image* (gambaran diri), dan *other image* (gambaran terhadap orang lain).

3. Harapan

Harapan merupakan penantian individu terhadap keinginannya dengan usaha-usaha untuk mencapai tujuan. Pada penelitian ini harapan dilihat dari pandangan atlet terhadap harapan karir di masa yang akan datang, yang mana secara operasional di bagi menjadi aspek *pathway thinking* dan *agency thinking*.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan wilayah keseluruhan data berupa objek dan subjek yang memiliki karakteristik dan kualitas yang sudah di tentukan oleh peneliti untuk di ambil dan di pelajari serta di ambil kesimpulannya (Sugiyono,2013). Perlu di ketahui klub di dalam kota Malang di bagi menjadi dua kubu yang di bagi berdasarkan wilayah, yakni kubu kota (berada pada pusat kota) dan kubu

kabupaten Malang. Peneliti memilih klub kubu kota yang mana agar mudah dalam jangkauan peneliti dan wilayah penelitian menjadi spesifik dan tidak terlalu luas. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet klub sepatu roda kota Malang White Lion In-Line Skate yang mana pemilihan atlet klub sepatu roda kota Malang White Lion In-Line Skate di dasarkan dengan beberapa kriteria :

a. Klub aktif dalam turnamen atau kompetisi selama 3 bulan terakhir

Kompetisi terhitung dari bulan November, Desember, dan Januari. Bulan-bulan tersebut pertandingan sering di selenggarakan. Atlet klub sepatu roda kota Malang White Lion In-Line Skate merupakan klub yang belum pernah absen dalam turnamen atau kompetisi selama 3 bulan terakhir dengan dibuktikan oleh ketua klub berupa pembayaran dan juga pedoman perlombaan serta kemenangan dari salah satu atlet

b. Klub memiliki perwakilan atlet anak yang sudah resmi menjadi atlet perwakilan kota.

Atlet anak yang resmi menjadi atlet perwakilan kota adalah atlet elite (professional) yang mana dia sudah di tunjuk oleh PERSEROSI (Persatuan Olahraga Sepatu Roda Seluruh Indonesia) Kota Malang dengan metode seleksi. Atlet perwakilan kota tiap klub biasanya jarang ditemukan dalam jumlah yang banyak dalam klub. Tidak jarang ada klub yang tidak memiliki atlet resmi kota dan biasanya hanya minimal 1 sampai 2 atlet dalam klub. White Lion In-Line Skate memiliki 2 atlet resmi kota.

Peneliti memilih kualifikasi umur A,B, dan C dengan pertimbangan atlet kategori umur D adalah kategori usia kelahiran 2006-2004 ke atas yang mana

kategori D berarti pada tahun 2018 berusia 12-14 tahun yang mana ia termasuk pada kategori remaja awal yang memiliki tugas perkembangan tertentu (Monk&Knoers,2006). Sedangkan pada penelitian ini terfokus pada atlet anak. Jumlah atlet kualifikasi umur A (10 atlet), B (12 atlet) dan C (11 atlet) anggota White Lion In-Line Skate Malang yang total nya berjumlah 33 orang.

2. Sampel

Sampel merupakan wakil atau sebagian dari populasi yang hendak di teliti. Jika populasi kurang dari 100 orang maka sampel di ambil keseluruhan dari populasi tersebut, namun jika populasi lebih dari 100 orang maka yang di ambil bisa sejumlah 10%-15% atau 20%-25% dari jumlah keseluruhan populasi (Arikunto,2013).

Berdasarkan pada penelitian ini jumlah populasi yang ada pada klub sepatu roda kota Malang White Lion In-Line Skate tidak lebih dari 100 orang maka peneliti mengambil 100% keseluruhan anggota A,B,dan C yang ada yakni sebanyak 33 orang responden. Oleh sebab tersebut peneliti menggunakan seluruh populasi tanpa menarik sampel penelitian sebagai bagian observasi. Teknik ini disebut sebagai teknik sampel jenuh.

E. Instrumen Penelitian

1. Skala Kecemasan Kompetitif

Skala ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kecemasan kompetitif yang di alami atlet anak dalam menghadapi kompetisi. Skala ini merupakan skala adaptasi dari *Sport Competitive Anxiety Test* (SCAT) Martens (1977). Pernyataan dalam item-itemnya mengandung 2 aspek, yakni aspek kecemasan kognitif dan aspek kecemasan somatis. Naskah adaptasi di dapatkan oleh peneliti melalui jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan yang berjudul “Tingkat Kecemasan Atlet Sebelum, Pada Saat Istirahat, dan Sesudah Pertandingan. (Vol.02 No.02)” dengan peneliti bernama Anira, Imas Damayanti, dan Nur Indri Rahayu yang di publikasikan pada tahun 2017. Pada penelitian tersebut SCAT valid dengan reliabilities sebesar 0,846. Adapun *Blue Print* skala ini adalah sebagai berikut.

Tabel 3.1 Blueprint SCAT (Sport Competitive Anxiety Test)

No.	Aspek	No. Item	Jumlah
1.	Kecemasan Kognitif	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7	7
2	Kecemasan Somatsi	8,9,10,11,12, 13,14,15	8
TOTAL			15

Sport Competitive Anxiety Test (SCAT) memiliki 3 pilihan jawaban yakni “Jarang”, “Kadang”, dan “Sering” yang memiliki skor berbeda. Untuk aitem nomor 1,4,7,10,dan 13 memiliki skor 0 untuk ketiga pilihan jawaban. Aitem nomor 2,3,5,8,9,12,14,dan 15 memiliki skor 1 sampai 3 berurut dari “Jarang”,

“Kadang”, dan “Sering. Sedangkan aitem nomor 6 dan 11 memiliki skor 3 sampai 1 berurut dari “Jarang”, “Kadang”, dan “Sering”.

2. Skala Pola Kelekatan

Skala ini bertujuan untuk mengetahui pandangan atlet anak terhadap pola kelekatan dirinya dengan orang tua. Pernyataan dalam skala ini mengacu pada aspek yang dikemukakan oleh Bowlby (dalam Shaffer,2009). Pernyataan dalam item-itemnya mengandung 2 aspek, yakni aspek *self image* dan *other image*. Adapun *Blue Print* skala ini adalah sebagai berikut.

Tabel 3.2 Blueprint Skala Pola Kelekatan

No.	Aspek	Indikator	No. Item	Jumlah
1.	<i>Self Image</i>	• Merasa berharga	• 1,2,3,4,5	20
		• Percaya diri	• 11,12,13,14,15	
		• Penuh kasih sayang	• 21,22,23,24,25	
		• Peduli akan sesama	• 26,27,28,29,30	
2.	<i>Other Image</i>	• Merasa di hargai	• 6,7,8,9,10	20
		• Mendapatkan dukungan	• 16,17,18,19,20	
		• Percaya kepada orang lain	• 36,37,38,39,40	
		• Mendapatkan kasih sayang	• 31,32,33,34,35	
Total			40	

Skala ini berbentuk skala Linkert yang memiliki 4 pilihan jawaban yakni “Tidak Sesuai”, “Kurang Sesuai”, “Sesuai”, dan “Sangat Sesuai” yang memiliki skor berurut dari 1 sampai 4. Pertanyaan yang di gunakan merupakan pertanyaan *favourable*.

3. Skala Harapan

Skala ini bertujuan untuk mengetahui dari pandangan atlet anak terhadap harapan karir di masa yang akan datang dan tingkatan harapannya. Skala ini merupakan skala adaptasi dari *Childern Hope Scale* (CHS) Synder (1997). Pernyataan dalam item-itemnya mengandung 2 aspek, yakni aspek *pathway thinking* dan *agency thinking*. Naskah adaptasi di dapatkan oleh peneliti melalui jurnal Psikodimensia yang berjudul “Hubungan Dukungan Orangtua dan Harga Diri dengan Harapan sebagai Variabel Mediator (Vol.16 No.01)” dengan peneliti bernama Denise Permatasari yang di publikasikan pada tahun 2017. Pada penelitian tersebut CHS valid dengan reliabilities sebesar 0,853. Adapun *Blue Print* skala ini adalah sebagai berikut.

Tabel 3.3 Blueprint CHS (Children Hope Scale)

No.	Aspek	No. Item	Jumlah
1.	<i>Pathway Thinking</i>	2,4,6	3
2	<i>Agency Thinking</i>	1,3,5	3
TOTAL			6

Childern Hope Scale (CHS) memiliki 6 pilihan jawaban yakni “Tidak Ada Waktu”, “Sedikit Waktu”, “Beberapa Waktu”, “Banyak Waktu”, “Sebagian Besar Waktu”, dan “Sepanjang Waktu” yang memiliki skor berurut dari 1 sampai 6.

4. Uji Coba Terpakai (*Try Out Terpakai*)

Uji coba terpakai merupakan uji yang dilakukan langsung pada sampel penelitian dengan alasan-alasan tertentu yang mana butir yang gugur dikeluarkan dari analisis, analisis diulang untuk butir-butir yang sah, dan hasil analisis terakhir ditransfer untuk dianalisis keandalan dan kesahihan faktor.

Dapat di artikan uji coba terpakai penyebarannya hanya di lakukan sekali saja. Pada penelitian ini menggunakan uji coba terpakai di karenakan keterbatasan jumlah sampel dan karakteristik yang di gunakan dalam penelitian sehingga sulit untuk menemukan sampel lain yang memiliki karakteristik yang sama. Serta atlet memiliki waktu yang padat dalam latihan sehingga dirasa sulit untuk melakukan penyebaran skala lebih dari sekali.

5. Uji Validitas

Validitas berasal dari kata *validity* yang memiliki arti sejauh mana ketepatan serta kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Atau lebih sederhananya, mampu atau tidaknya suatu alat ukur yang akan digunakan untuk mencapai tujuan pengukuran yang dikehendaki (Azwar, 2014). Semua pengujian validitas dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan *software SPSS 16.0 for windows*. Penelitian ini menentukan validitas aitemnya dengan minimal 0,30 yang mana artinya jika tingkat validitas aitem kurang dari 0,30 maka aitem tersebut gugur. Berikut merupakan tabel hasil uji validitas variabel kecemasan kompetitif.

Tabel 3.4 Hasil Uji Validitas Variabel Kecemasan Kompetitif

Aspek	Nomor Item	Jumlah
-------	------------	--------

	Valid	Aitem Gugur	
Kognitive	1,2,4,6,7,	5	1
Somatis	9,10,11,12,13,15	8,14	2
Total	12	3	15

Berdasarkan tabel di atas maka di ketahui pada skala kecemasan kompetitif yang terdiri dari 15 aitem mendapatkan sejumlah 3 aitem yang gugur dan 12 aitem yang valid. Berikut merupakan tabel hasil uji validitas variabel pola kelekatan aman.

Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas Variabel Pola Kelekatan Aman

Aspek	Nomor Item		Jumlah
	Valid	Aitem Gugur	
Self Image	1,2,3,4,5,11,12, 13,15,25,26	14,21,22,23,24, 27,28,29,30	9
Other Image	6,7,8,9,16,17,19,20,31, 32,33,35,36,37,39	10,18,34,38,40	5
Total	26	14	40

Berdasarkan tabel di atas maka di ketahui pada skala pola kelekatan aman yang terdiri dari 40 mendapatkan sejumlah 14 aitem yang gugur dan 26 aitem yang valid. Berikut merupakan tabel hasil uji validitas variabel harapan.

Tabel 3.6 Hasil Uji Validitas Variabel Harapan

Aspek	Nomor Item		
	Valid	Aitem Gugur	
Pathway Thinking	2,4,6	-	-
Agency Thinking	1,3,5	-	-
Total	6	-	6

Berdasarkan tabel di atas maka di ketahui pada skala harapan yang terdiri dari 6 tidak mendapatkan aitem yang gugur dan ke 6 aitem nya valid.

6. Uji Reabilitas

Reabilitas memiliki arti sejauh mana hasil dari suatu pengukuran dapat dipercaya. Reabilitas sering disebut sebagai konsistensi atau keajegan, akan tetapi ide pokok dalam konsep reabilitas adalah untuk mengukur sejauh mana pengukuran dapat dipercaya (Azwar, 2014). Koefisien reliabilitas pada penelitian ini diperoleh dengan menggunakan teknik *Alpha Cornbach* pada SPSS 16.0 *for windows*. Apabila koefisien reliabilitas berkisar antara 0,0 sampai 1,00 maka semakin tinggi reliabilitasnya.

Berikut merupakan hasil uji reliabilitas dari ketiga skala

Tabel 3.7 Hasil Uji Reliabilitas Skala

Variabel	Alpha	Keterangan
Kecemasan Kompetitif	0,660	Reliabel
Pola Kelekatan Aman	0,891	Reliabel
Harapan	0,856	Reliabel

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa ketiga skala tersebut memiliki hasil uji reliabel yang berkisar 0 sampai 1,00 sehingga dapat dikatakan bahwa ketiga skala tersebut reliabel dan layak untuk dijadikan sebagai instrument penelitian

F. Teknik Analisis Data

1. Uji Asumsi Klasik

Uji Asumsi Klasik adalah analisis yang di lakukan untuk menilai apakah di dalam sebuah model regresi linier Ordinary Least Square (OLS) terdapat masalah-masalah asumsi klasik yang mana merupakan persyaratan agar model tersebut menjadi valid sebagai alat penduga dan memperoleh model regresi yang terbaik, dalam arti secara statistic BLUE (Best Linier Unbiased

Estimator). Uji asumsi klasik perlu dilakukan sebagai prasyarat sebelum melakukan analisis regresi linier berganda. (Sudarmanto, 2005)

a. Uji Normalitas

Uji Normalitas digunakan untuk melihat apakah sebaran data pada variabel berdistribusi normal atau tidak. Untuk mengetahui data berdistribusi normal atau tidak maka di gunakan *software Statistic Product And Service Solution* (SPSS) ver.16.0. Jika data yang di distrubiskan normal, maka analisis statistic yang di gunakan adalah analisis regresi linier berganda yang mana bertujuan untuk melihat pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat. Jika $p > 0,05$ maka signifikan, tetapi Jika $p < 0,05$ maka tidak signifikan (Sudarmanto, 2005).

b. Uji Linieritas

Uji Linieritas bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linier atau tidak secara signifikan. Data yang berkorelasi menjadi syarat untuk data dapat dianalisis dengan uji analisis linier berganda. Jika nilai signifikan lebih besar dari 0,05 maka kesimpulannya adalah terdapat hubungan linier antar variabel (Sudarmanto, 2005)

c. Uji Multikolinearitas

Uji asumsi multikolinearitas ini digunakan untuk membuktikan atau menguji ada tidaknya hubungan yang linear antara variabel bebas satu dengan variabel bebas lainnya. Pada analisis regresi linier berganda maka akan terdapat dua atau lebih variabel bebas yang diduga akan mempengaruhi variabel tergantungnya. Pendugaan tersebut akan dapat di pertanggung jawabkan bila tidak terjadi adanya hubungan yang linear (multikolinearitas). (Sudarmanto, 2005).

d. Uji Autokorelasi

Uji autokorelasi ini dimaksudkan untuk mengetahui apakah terjadi korelasi di antara data pengamatan atau tidak. Adanya autokorelasi dapat mengakibatkan penaksiran mempunyai varians tidak minimum dan uji nya tidak dapat di gunakan karena memberikan kesimpulan yang salah (Sudarmanto,2005).

e. Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas di maksudkan untuk mengetahui apakah variasi residual absolut sama atau tidak sama untuk semua pengamatan. Apabila asumsi tidak terjadinya heteroskedastisitas ini tidak terpenuhi, maka penaksir menjadi tidak lagi efisien baik dalam sampel kecil maupun besar (Sudarmanto,2005).

2. Kategorisasi

Perhitungan norma di gunakan untuk melihat tingkat pola kelekatan aman pada atlet anak sepatu roda di White Lion In-Line Skate Club kota Malang yang mana nantinya akan diketahui tingkatan-tingkatannya. Penelitian ini membagi tingkatannya menjadi tiga kategori, yakni tinggi, sedang dan rendah. Pengkategorisarian dalam penelitian ini menggunakan skor hipotetik. Berikut merupakan langkah-langkah dalam menentukan skor hipotetik dalam penelitian ini adalah:

a. Rumus *mean* hipotetik (μ) :

$$\mu = \frac{1}{2} (i \max + i \min) \sum k$$

Keterangan

μ : rata-rata hipotetik

i max : skor maksimal aitem

i min : skor minimal aitem

$\sum k$: jumlah aitem

b. Rumus standar deviasi hipotetik (σ)

$$\sigma = \frac{1}{6} (X_{max} - X_{min})$$

Keterangan

σ : deviasi standar hipotetik

X_{max} : skor maksimal subyek

X_{min} : skor minimal subyek

c. Kategorisasi

Tingkat pola kelekatan aman dapat dilihat melalui kategorisasi dengan rumus sebagai berikut :

Tabel 3.8 Rumus Kategorisasi

Kategorisasi	Norma
Tinggi	$X > (Mean + 1SD)$
Sedang	$(Mean - 1SD) \leq X \leq (Mean + 1SD)$
Rendah	$X < (Mean - 1SD)$

Dalam *Childern Hope Scale (CHS)* dan *Sport Competitive Anxiety (SCAT)* sudah memiliki tata cara dalam melihat tingkatan variabel. Seperti yang sudah

di jelaskan, *Childern Hope Scale* (CHS) dan *Sport Competitive Anxiety* (SCAT) memiliki skor sendiri pada tiap skalanya.

Untuk *Childern Hope Scale* (CHS), Jawaban “Tidak Ada Waktu” sampai jawaban “Sepanjang Waktu” memiliki skor 1-6 yang mana untuk melihat tingkatan tinggi, sedang, atau rendahnya harapan hasil aitem nomor 1 sampai 6 di jumlahkan yang kemudian hasil jumlah tersebut di bagi 6 dimana hasil angka skor akhir menjadi patokan. Angka skor akhir 6 mewakili harapan tinggi dan angka 1 mewakili harapan rendah.

Rendah : <3,0

Sedang : 3,0-4,67

Tinggi : >4,67

Sport Competitive Anxiety Test (SCAT) memiliki 3 pilihan jawaban yakni “Jarang”, “Kadang”, dan “Sering” yang memiliki skor berbeda. Untuk aitem nomor 1,4,7,10,dan 13 memiliki skor 0 untuk ketiga pilihan jawaban. Aitem nomor 2,3,5,8,9,12,14,dan 15 memiliki skor 1 sampai 3 berurut dari “Jarang”, “Kadang”, dan “Sering. Sedangkan aitem nomor 6 dan 11 memiliki skor 3 sampai 1 berurut dari “Jarang”, “Kadang”, dan “Sering”. Hasil skor tersebut di total dan menjadi penentu tinggi, sedang, rendah, kecemasan kompetitif.

Rendah : <17

Sedang : 17-24

Tinggi : >24

3. Uji Hipotesis

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi linier berganda (*multiple linier regression*) untuk mencari regresi antara variabel bebas dengan variabel terikat, menguji tingkat signifikansi dari hasil regresi, dan menemukan sumbangan relatif antar variabel bebas, apabila prediktornya lebih dari satu (Idrus, 2009). Hasil dari perhitungan diperoleh dengan menggunakan program SPSS versi 16.0 yang akan diinterpretasikan apabila nilai Sig (p) <0,05, maka terdapat regresi antar variabelnya.



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Lokasi Penelitian

White Lion In-Line Skate Club adalah klub sepatu roda In-Line Skate yang berdiri pada tahun 2017 yang mana merupakan hasil dari perpisahan klub professional Lion In-Line Skate Club yang berdiri pada tahun 2014 dan memiliki 50 atlet dari tingkat fun skate hingga speed. White Lion In-Line Skate Club tercatat pada tahun 2018 memiliki 40 anggota dari jumlah atlet kualifikasi umur A (10 atlet), B (12 atlet), C (11 atlet), dan D (7 atlet). White Lion In-Line Skate Club mengikuti pertandingan secara teratur sejak bulan November hingga pada terakhir bulan Januari di “Bupati Cup” yang mana memiliki kemenangan.

B. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian dilakukan di Stadion Kanjuruhan Malang di saat seluruh atlet kota dan kabupaten berkumpul pada tanggal 23 Februari 2019. Penyebaran skala dilakukan pada jam istirahat setelah latihan selesai pada pukul 14.00 siang dengan melalui perwakilan PERSEROSI dan ketua White Lion In-Line Skate Club yang mana sebelumnya peneliti memberikan instruksi kepada anggota sampel penelitian. Di karenakan latihan intensif pada hari Sabtu sampel penelitian yang hadir hanya 20 atlet, maka penyebaran skala dilanjutkan pada latihan intensif pada hari Minggu, 24 Februari 2019 dan terkumpul pada pukul 12.00 kepada 13 anggota yang tidak hadir pada pertemuan sebelumnya. Pada hari Minggu, 24 Februari 2019 penyebaran skala dilakukan jam istirahat setelah latihan dan berjalan dengan lancar.

C. Paparan Hasil Penelitian

1. Uji Asumsi Klasik

a. Uji Normalitas

Uji Normalitas digunakan untuk melihat apakah sebaran data pada variabel berdistribusi normal atau tidak. Untuk mengetahui data berdistribusi normal atau tidak maka di gunakan *software Statistic Product And Service Solution* (SPSS) ver.16.0. Dalam penelitian ini di gunakan Kolmogorov-Smirnov. Jika $p > 0,05$ maka di nyatakan distribusi normal.

Tabel 4.1 Kolmogorov- Smirnov Test

Variabel	K-SZ	Sig.	Status
Pola Kelekatan Aman	0,476	0,977	Normal
Harapan	1,191	0,117	Normal
Kecemasan Kompetitif	0,759	0,612	Normal

Berdasarkan tabel di atas dapat di ketahui nilai signifikasi untuk variabel pola kelekatan aman sebesar 0,977, harapan 0,117, dan kecemasan kompetitif 0,612 yang mana jika nilai signifikasi ketiga variabel tersebut bernilai $p > 0,05$ maka ketiga variabel tersebut dapat di katakan normal.

b. Uji Linieritas

Uji Linieritas bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linier atau tidak secara signifikan. Data yang berkorelasi menjadi syarat untuk data dapat dianalisis dengan uji analisis linier berganda.

Tabel 4.2 Test for Linierity

Variabel	Sig	Status
Pola Kelekatan Aman	0,347	Linier

Harapan	0,215	Linier
---------	-------	--------

Berdasarkan tabel di atas dapat di ketahui nilai signifikasi untuk variabel pola kelekatan aman sebesar 0,347 yang mana jika nilai signifikasi $p > 0,05$ maka bisa di artikan bahwa antara variabel pola kelekatan aman dan kecemasan kompetitif terdapat hubungan yang linier. Nilai signifikasi untuk variabel harapan sebesar 0,215 yang mana jika nilai signifikasi $p > 0,05$ maka bisa di artikan bahwa antara variabel pola kelekatan aman dan kecemasan kompetitif terdapat hubungan yang linier.

c. Uji Multikolinieritas

Uji asumsi multikolinearitas ini digunakan untuk membuktikan atau menguji ada tidaknya hubungan yang linear antara variabel bebas satu dengan variabel bebas lainnya. Pendugaan tersebut akan dapat di pertanggung jawabkan bila tidak terjadi adanya hubungan yang linear (multikolinearitas). Dalam uji multikolinieritas ini peneliti menggunakan VIF (variance inflation factor), yang mana ketidak multikolinieritasnya dilihat melalui Tolerance dan VIF. Jika Tolerance $> 0,10$ berarti tidak terjadi multikolinier dan VIF $< 10,00$.

Tabel 4.3 Test for Multikolinieritas

Variabel	Collinearity Statistic	
	Tolerance	VIF
Pola Kelekatan Aman	0,998	1.002
Harapan	0,998	1.002

a. Dependent : Kecemasan Kompetitif

Berdasarkan tabel di atas, dapat di ketahui nilai Tolerance untuk pola kelekatan aman dan harapan sebesar 0,998 yang mana angka tersebut lebih dari 0,10 serta skor VIF dari pola kelekatan aman dan harapan 1,002 yang mana

kurang dari 10,00. Kedua skor tersebut berarti tidak ada gejala multikolinieritas.

d. Uji Autokorelasi

Uji autokorelasi ini dimaksudkan untuk mengetahui apakah terjadi korelasi di antara data pengamatan atau tidak. Adanya autokorelasi dapat mengakibatkan penaksiran mempunyai varians tidak minimum dan uji nya tidak dapat di gunakan karena memberikan kesimpulan yang salah. Pada uji autokorelasi menggunakan Durbin-Watson. Untuk mengetahui apakah data memiliki autokorelasi atau tidak, dapat di lihat melalui hasil data model summary kolom Durbin-Watson pada SPSS dan di cocokan pada tabel Durbin-Watson (du). Jika hasil dalam kolom Durbin-Watson >tabel Durbin-Watson (du) dan kurang dari (4-du).

Tabel 4.4 Test for Autokorelasional

Model	R	R Square	Durbin- Watson
1	0,275 ^a	0,076	1,775

a. Predictors: (Constant), Harapan, Pola Kelekatan Aman

b. Dependent Variabel : Kecemasan Kompetitif

Berdasarkan tabel di atas di temukan bahwa skor pada kolom Durbin-Watson sebesar 1,775. Di lihat pada tabel (du) jumlah N=Sampel 33 orang dengan variabel independent 2 (K2) sebesar 1,5570. Kembali pada rumus, $1,775 > 1,5570$ dan $4-(du : 1,5570) = 2,443$ yang mana . Maka dapat di temukan bahwa hasil kolom Durbin-Watson lebih besar dari skor tabel (du) dan kurang dari (4-du) sehingga data di nyatakan tidak memiliki autokorelasi.

e. Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas di maksudkan untuk mengetahui apakah variasi residual absolut sama atau tidak sama untuk semua pengamatan. Apabila asumsi tidak terjadinya heteroskedastisitas ini tidak terpenuhi, maka penaksir menjadi tidak lagi efisien baik dalam sampel kecil maupun besar. Pada uji heteroskedastisitas menggunakan uji Glejser. Jika $Sig > 0,05$ maka tidak terjadi gejala heteroskedastisitas (homogen).

Tabel 4.5 Test for Heteroskedastisitas

Variabel	Sig	Status
Pola Kelekatan Aman	0,231	Tidak Heteroskedastisitas
Harapan	0,949	Tidak Heteroskedastisitas

Berdasarkan tabel di atas dapat di ketahui nilai signifikansi untuk variabel pola kelekatan aman sebesar 0,231 yang mana jika nilai signifikansi $p > 0,05$ maka bisa di artikan bahwa tidak terjadi gejala heteroskedastisitas pada variabel pola kelekatan aman. Nilai signifikansi untuk variabel harapan sebesar 0,949 yang mana jika nilai signifikansi $p > 0,05$ maka bisa di artikan bahwa tidak terjadi gejala heteroskedastisitas pada variabel harapan.

2. Kategorisasi Penelitian

a. Kategorisasi Pola Kelekatan Aman

Sesuai dengan data yang di peroleh, terdapat nilai maksimum skala Pola Kelekatan Aman adalah 4 dan nilai minimum 1 dengan jumlah aitem yang valid adalah 26. Kemudian di cari nilai mean dan standart deviasinya sebagai berikut :

$$\begin{aligned}
 M &= \frac{1}{2} (i \text{ Max} + i \text{ Min}) \times \Sigma \text{aitem} \\
 &= \frac{1}{2} (4 + 1) \times 26
 \end{aligned}$$

$$= 65$$

$$SD = \frac{1}{6} (X \text{ Max} - X \text{ Min})$$

$$= \frac{1}{6} (104 - 26)$$

$$= 13$$

Untuk mengetahui norma penilaian skala pola kelekatan aman, data dibagi menjadi 3 kategori, yakni tinggi, sedang dan rendah. Untuk mengetahui tingkatan kategori pada masing-masing data dicari terlebih dahulu skor standart.

Tabel 4.6 Kategorisasi Skala Pola Kelekatan Aman

Skor	Nilai	Kategori	Jumlah	Prosentase
$X > (M+1SD)$	79-104	Tinggi	25	76%
$(M-1SD) \leq X \leq (M+1SD)$	52-78	Sedang	8	24%
$X < (M-1SD)$	13-51	Rendah	-	-
Total				100%

b. Kategorisasi Harapan

Untuk melihat tingkatan tinggi, sedang, atau rendahnya harapan hasil aitem nomor 1 sampai 6 di jumlahkan yang kemudian hasil jumlah tersebut di bagi 6 dimana hasil angka skor akhir menjadi patokan. Angka skor akhir 6 mewakili harapan tinggi dan angka 1 mewakili harapan rendah.

Tabel 4.7 Kategorisasi Skala Harapan (CHS)

Skor	Nilai	Kategori	Jumlah	Prosentase
Tinggi	>4,67	Tinggi	26	79%
Sedang	3,0-4,67	Sedang	7	21%
Rendah	<3,0	Rendah	-	0
Total			33	100%

c. Kategorisasi Kecemasan Kompetitif

Pada Skala kecemasan kompetitif *SCAT*, aitem nomor 1,4,7,10,dan 13 memiliki skor 0 untuk ketiga pilihan jawaban. Aitem nomor 2,3,5,8,9,12,14,dan 15 memiliki skor 1 sampai 3 berurut dari “Jarang”, “Kadang”, dan “Sering. Sedangkan aitem nomor 6 dan 11 memiliki skor 3 sampai 1 berurut dari “Jarang”, “Kadang”, dan “Sering”. Hasil skor tersebut di total dan menjadi penentu tinggi, sedang, rendah kecemasan kompetitif.

Tabel 4.8 Kategorisasi Skala Kecemasan Kompetitif (SCAT)

Skor	Nilai	Kategori	Jumlah	Prosentase
Tinggi	>24	Tinggi	-	0
Sedang	17-24	Sedang	4	12%
Rendah	<17	Rendah	29	88%
Total			33	100%

3. Uji Hipotesis

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi linier berganda (*multiple linier regression*) untuk mencari regresi antara variabel bebas dengan variabel terikat, menguji tingkat signifikansi dari hasil regresi, dan menemukan sumbangan relatif antar variabel bebas, apabila prediktornya lebih dari satu (Idrus, 2009). Hasil dari perhitungan diperoleh dengan menggunakan program SPSS versi 16.0 yang akan diinterpretasikan apabila nilai Sig (p) <0,05, maka terdapat regresi antar variabelnya. Berikut merupakan tabel hasil analisis regresi.

Tabel 4.9 Hasil Perhitungan ANOVA

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	17,116	2	8,558	1,228	0,307 ^b
	Residual	209,066	30	6,969		
	Total	226,182	32			

Berdasarkan dari hasil tabel ANOVA tersebut, ditemukan bahwa nilai Sig sebesar $0,307 > 0,05$ yang dapat diartikan bahwa tidak ada pengaruh yang signifikan antara kedua variabel. Untuk itu, dapat diartikan bahwa pola kelekatan aman dan harapan tidak memiliki pengaruh terhadap kecemasan kompetitif atlet anak.

Tabel 4.10 Hasil Model Summary Pola Kelekatan Aman dan Harapan

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. error of the Estimate
1	0,275 ^a	0,076	0,014	2,63986

Berdasarkan dari hasil tabel Model Summary, di ketahui nilai koefisien determinasi (*R square*) yang di dapat sebesar 0,076 yang menunjukkan pola kelekatan aman dan harapan memberikan sumbangan sebesar 7,6% terhadap variabel kecemasan kompetitif, dan sisanya 92,4% di pengaruhi faktor-faktor lain selain pola kelekatan aman dan harapan.

Tabel 4.11 Nilai Standar Koefisiensi

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	3,941	6,312		0,624	0,537

Pola Kelekatan Aman	0,047	0,054	0,155	0,880	0,386
Harapan	0,176	0,132	0,234	1,334	0,192

Tabel di atas menunjukkan nilai *Standardized Coefficient* dari pengaruh pola kelekatan aman dan harapan terhadap kecemasan kompetitif yang mana di ketahui tingkat koefisiensi beta antara pola kelekatan aman bernilai 0,155 ($P > 0,05$), dan tingkat koefisiensi beta harapan bernilai 0,234 ($P > 0,05$). Artinya baik secara parsial (terpisah), baik harapan atau pola kelekatan aman tidak berpengaruh terhadap kecemasan kompetitif, meskipun jika melihat dari hasil tabel 4.10 hanya 7,6% pengaruh secara keseluruhan dari kedua variabel yang terikat jumlah tersebut sangatlah kecil pengaruhnya.

Akan tetapi dari kedua nilai tersebut, diketahui bahwa nilai beta dari harapan lebih tinggi dari pada nilai pola kelekatan aman. Hal ini menunjukkan bahwa harapan memiliki pengaruh pada kecemasan kompetitif lebih besar dari pada pengaruh pola kelekatan aman terhadap kecemasan kompetitif.

Untuk lebih memastikan variabel mana yang dominan berpengaruh pada kecemasan kompetitif, maka peneliti melakukan perhitungan Sumbangan Efektif (SE). Sumbangan Efektif (SE) adalah ukuran sumbangan suatu variabel independen terhadap variabel dependen dalam analisis regresi. Penjumlahan dari sumbangan efektif untuk semua variabel independen adalah sama dengan jumlah nilai yang ada pada koefisien determinasi (*R square*). Dapat di rumuskan :

$$SE(x_1) = \text{Beta}(x_1) \times r_{xy} \times 100\%$$

$$= 0,155 \times 0,144 \times 100\%$$

$$= 2,2\%$$

$$SE(x_2) = \text{Beta}(x_1) \times r_{xy} \times 100\%$$

$$= 0,234 \times 0,228 \times 100\%$$

$$= 5,3\%$$

Berdasarkan hasil dari perhitungan SE, maka di ketahui SE variabel x₂ (harapan) bernilai lebih besar daripada hasil SE variabel x₁ (pola kelekatan aman) sehingga dapat di simpulkan bahwa variabel harapan benar memiliki pengaruh yang lebih dominan sebesar 5,3% di bandingkan dengan pola kelekatan aman sebesar 2,2%.

D. Pembahasan

1. Tingkat Pola Kelekatan Aman

Hasil penelitian menunjukkan frekuensi dan presentase tingkat pola kelekatan aman termasuk dalam kategori “Tinggi”. Berdasarkan hasil penelitian dari 33 responden menunjukkan 25 atlet anak (76%) memiliki pola kelekatan aman yang tinggi dan 8 atlet anak (24%) memiliki pola kelekatan aman yang sedang.

Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa pola kelekatan aman pada atlet anak di White Lion In-Line Skate Club Kota Malang cenderung tinggi. Hal itu menunjukkan bahwa atlet anak memiliki pandangan umum (*internal working model*) bahwa orang terdekatnya memberikan bantuan dan dukungan ketika di butuhkan.

Subyek pada penelitian ini atlet berusia 6 sampai 12 tahun. Pada usia tersebut perilaku pola kelekatan anak tidak lagi terus menggantungkan kontak fisik dengan figure lekatnya, tapi lebih kepada kedekatan non fisik seperti perhatian dikarenakan di usia tersebut mereka sudah banyak belajar dari lingkungan dan memiliki keterikatan dengan orang lain sehingga mereka cukup di yakinkan bahwa figure lekatnya selalu ada disaat ia butuhkan meskipun tidak bertemu secara fisik.

Keadaan tersebut berelasi dengan permasalahan di White Lion In- Lion Skate Club. Meski secara empiris ketua White Lion In-Lion Skate klub menggambarkan orang tua atlet kurang peduli dalam kondisi pertandingan , seperti tidak mendampingi ketika kompetisi atau membantu dalam mengurangi gejala kecemasan kompetitif yang di rasakan atlet, tetapi atlet tetap merasakan kelekatan aman meskipun tidak berkontak fisik secara langsung karena kelekatan ketika berada di rumah membangun kontak non fisik dan mental mereka untuk dapat berhubungan di lingkungan sosial.

Sesuai dengan aspek pada pola kelekatan aman, atlet anak memiliki dua gambaran berdasarkan hasil dari interpretasi *internal working model* yakni gambaran akan dirinya (*self image*) dan gambaran akan orang lain (*other image*). Ketika atlet anak memiliki gambaran positif akan dirinya bahwa ia merasa dirinya berharga, maka ia akan mampu menerima kekurangan dan kelebihanannya sehingga menimbulkan perasaan bahwa dirinya dapat di banggakan.

Disaat dirinya merasa bahwa dirinya mampu di banggakan, di saat tersebut ia memandang dirinya pantas untuk di cintai dan mencintai orang di sekitarnya. Atlet anak juga memandang orang lain sosok yang positif, sosok yang dapat di percaya dan dapat di andalkan ketika mengalami masalah dan lingkungan menghargai dirinya (Bowlby dalam Shaffer,2010).

Penelitian yang di lakukan oleh Dizdari(2013) mengenai pola kelekatan aman, kecemasan kompetitif, dan kepercayaan diri pada atlet renang memiliki salah satu dari hasil hipotesis bahwa atlet renang yang memiliki pola kelekatan aman lebih percaya diri akan kemampuan yang mereka miliki dan lebih terbuka terhadap tantangan dan lingkungan di dibandingkan dengan atlet yang memiliki pola kelekatan aman yang rendah (kelekatan cemas menghindar).

Ketika atlet anak memiliki pola kelekatan aman tinggi ia akan memiliki mental diri yang berharga, penuh dorongan, bersahabat, penuh dengan kasih sayang dan memiliki kepedulian akan sekitarnya. Sedangkan pada atlet anak yang memiliki tingkat pola kelekatan aman yang sedang (kelekatan cemas) memandang ragu akan responsive figure lekat terhadap kebutuhan dirinya sehingga ia sering ragu untuk mendekati orang lain, meminta perhatian, khawatir dengan pertemanan, dan ragu dalam bereksplorasi terhadap lingkungan.

2. Tingkat Harapan

Hasil penelitian menunjukkan frekuensi dan presentase tingkat harapan termasuk dalam kategori “Tinggi”. Berdasarkan hasil penelitian dari 33

responden menunjukkan 26 atlet anak (79%) memiliki harapan yang tinggi dan 7 atlet anak (21%) memiliki harapan yang sedang.

Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa harapan pada atlet anak di White Lion In-Line Skate Club Kota Malang cenderung tinggi. Hal itu menunjukkan bahwa sebagian besar atlet anak memiliki karakteristik seseorang yang optimistis, memiliki kontrol, kemampuan dalam pemecahan masalah dan daya saing, serta afeksi positif

Synder (1994) menjelaskan bahwa seseorang yang memiliki karakteristik harapan yang tinggi ia akan memandang positif dan optimis baik dalam segi *pathway thinking* maupun *agency thinking*.

Penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa seseorang dengan harapan yang tinggi memiliki kontrol akan kehidupannya sendiri sehingga ia memiliki kemampuan untuk menentukan, menyiapkan antisipasi, kepemimpinan dan mandiri. Seseorang dengan harapan yang tinggi memiliki strategi dalam menghadapi masalah karena ia memiliki rencana dalam memenuhi harapan serta berusaha mencari alternatif. Ia tahu bahwa rintangan pasti adanya dalam usaha mencapai tujuan.

Atlet dengan harapan tinggi akan terlibat sepenuhnya dan memiliki energi dalam aktifitas mereka mencapai tujuan. Atlet tersebut memiliki keinginan kuat untuk mencoba berbagai solusi atau jalan untuk mencapai tujuan dengan menggunakan konsentrasi dan perasaan tertarik mereka. Sebaliknya, afek negatif merupakan keadaan subyektif yang secara umum bersifat negatif yang berkaitan dengan kecemasan. Kemarahan, ketakutan, dan rasa bersalah.

Di dalam teori harapan, seseorang dengan perasaan marah dan rasa bermusuhan menunjukkan bahwa mereka percaya mereka terhalang untuk mencapai tujuan mereka. Persepsi bahwa mereka tidak memiliki kemampuan menyebabkan mereka terperangkap dalam lingkaran evaluasi mengenai kekurangan mereka.

Terutama daya saing memiliki pengaruh terhadap perbandingan atlet dengan orang lain. Atlet anak yang memiliki harapan tinggi akan memiliki daya saing yang lebih besar. atlet tersebut menikmati bekerja keras dan memiliki perasaan bahwa mereka dapat menguasai perasaan fisiknya. Penelitian menunjukkan bahwa atlet dengan harapan tinggi menyukai proses kompetisi karena proses tersebut menyediakan tantangan yang baru bagi mereka. Mereka menikmati proses daripada hasil yang diperoleh.

Ketika seorang atlet memiliki harapan yang tinggi ia dapat memfasilitasi keyakinan dan meningkatkan kesadaran akan strategi (*pathway* dan *agency thinking*) yang bisa ia dapatkan dari jalur yang tersedia dalam mencapai tujuan serta membantu atlet dalam mengatasi frustrasi ketika menghadapi hambatan pada tujuan. Karena hambatan pada tujuan dapat menyebabkan atlet mengalami kelelahan dan keputus asaan dalam berjuang (Gustafsson dkk,2010).

3. Tingkat Kecemasan Kompetitif

Hasil penelitian menunjukkan frekuensi dan presentase tingkat kecemasan kompetitif termasuk dalam kategori “Rendah”. Berdasarkan hasil penelitian

dari 33 responden menunjukkan 29 atlet anak (88%) memiliki kecemasan kompetitif yang rendah dan 4 atlet anak (12%) memiliki kecemasan kompetitif yang sedang.

Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa kecemasan kompetitif pada atlet anak di White Lion In-Line Skate Club Kota Malang cenderung rendah. Hal tersebut menunjukkan bahwa atlet anak merasakan kecemasan kompetitif dalam frekuensi rendah yang mana atlet anak bisa mengatasi gejala kognitif dan somatis.

Gejala kecemasan kompetitif diantaranya gejala secara kognitif dan somatic dengan ditandai perubahan fisiologis dan perubahan psikologis. Setiap atlet pasti pernah setidaknya sekali dalam pertandingan merasakan gejala kecemasan kompetitif akan tetapi hal tersebut bergantung kepada bagaimana atlet tersebut menginterpretasi gejala yang ia rasakan dan ketika ia menghadapi lingkungannya (Gunarsa, 1996). Ketika kognisi atlet menilai situasi kompetisi, respon yang di dapatkan juga tergantung pada proses hasil kognitif atlet tersebut dalam memahami lingkungan.

Ketika kecemasan kompetitif rendah, atlet memiliki pemaknaan akan lingkungan kompetisi sebagai situasi yang familiar dan rendahnya ketakutan akan kegagalan sebab di kalahkan oleh lawan yang lemah (mengancam ego atlet), ketakutan akan cedera fisik terutama atlet yang bertanding secara individual, ketakutan akan penilaian sosial berupa kritik orang lain dan sorakan yang mengancam harga diri, serta kemungkinan kekacauan latihan rutin atau kelelahan. Atlet yakin dapat mengatasi faktor-faktor tersebut dengan baik

sehingga membantu memfasilitasi gejala yang ada menjadi tenaga atau motivasi dalam bertanding (Cox,2011).

Atlet dengan kecemasan kompetitif tinggi menimbulkan reaksi berupa level aktifitas yang tinggi dari sistem saraf otonom, stress, cemas dan orientasi otomatis konigisi yang dapat merubah atensi dan fungsi kognitif lainnya. Atlet menjadi kehilangan fokus dan mepengaruhi performa dan lebih khawatir akan melakukan kesalahan, tidak melakukan dengan baik permainan yang ia lakukan, dan evaluasi dari pelatih, rekan, dan orang tua yang mengarah pada kritik di sebabkan tidak sesuai dengan harapan (Gould, Hold, & Spreeman, 1983).

Pada dasarnya, baik atlet muda dan atlet dewasa memiliki gejala yang sama ketika berhadapan dengan kecemasan kompetitif. Namun atlet dengan jam terbang lebih tinggi lebih fasilitatif dalam menginterpretasi gejala kecemasannya (Eubank dkk dalam Mellaalieu, Hanton& Niel,2009). Begitu pula dengan atlet di White Lion In-Line Skate Club. Walaupun dalam penelitian ini responden merupakan atlet anak professional, akan tetapi mereka memiliki pengalaman bertanding dengan jam terbang yang memungkinkan mereka memahami situasi medan pertandingan sehingga atlet lebih fasilitatif dalam menginterpretasi kecemasan kompetitif.

4. Pengaruh Pola Kelekatan Aman dan Harapan Terhadap Kecemasan Kompetitif pada Atlet Anak di White Lion In-Line Skate Club Kota Malang.

Berdasarkan hasil uji analisis regresi linier berganda yang digunakan untuk menguji hipotesis, di ketahui bahwa hipotesis di tolak, yang mana artinya tidak

terdapat pengaruh pola kelekatan aman dan harapan terhadap kecemasan kompetitif pada atlet anak di White Lion In-Line Skate Club kota Malang.

Signifikansi pada hasil ANOVA menunjukkan 0,307 yang berarti tidak ada pengaruh secara keseluruhan. Nilai beta pada tabel standar koefisiensi menunjukkan angka 0,155 pada pola kelekatan aman dan 0,234 pada harapan, keduanya diatas ($p > 0,05$) yang bermakna secara parsial (terpisah) baik variabel pola kelekatan aman maupun harapan tidak bersumbangsih pengaruh pada kecemasan.

Tabel koefisien determinasi (*R square*) menunjukkan angka 0,076 yang dapat di artikan, meskipun secara mayor maupun parsial tidak ada pengaruh namun terdapat sedikit pengaruh yang di dapat secara keseluruhan dari kedua variabel terhadap kecemasan kompetitif sejumlah 7,6% dengan 5,3% variabel harapan lebih dominan mempengaruhi dibandingkan pola kelekatan yang hanya bernilai 2,2%.

Ketidakadaan pengaruh pada pola kelekataan aman dan harapan terhadap kecemasan kompetitif masih bisa di jelaskan secara teoritis berdasarkan penelitian terdahulu. Pola kelekatan aman bisa tidak berpengaruh, dikarenakan atlet muda bisa memilih mana yang menjadi cara untuk mengatasi kecemasan kompetitif tanpa menggantungkan peranan orang tua. Selaras dengan perilaku kelekatan aman anak usia 6 sampai 12 tahun dimana anak sudah mulai tidak menggantungkan diri pada kedua orangtua dan belajar dari lingkungan. Di tambah latihan yang di laksanakan berminggu-minggu secara periodik

sehingga dapat melemahkan gejala kecemasan kompetitif secara mandiri (Ponseti dkk,2016).

Berdasarkan pendapat yang di kemukakan Dellas,dkk (2017) harapan juga bisa tidak berpengaruh terhadap kecemasan kompetitif maupun performansi meskipun pada penelitiannya, harapan memiliki pengaruh pada merasakan kemampuan di kelas olahraga. Hal itu di sebabkan kemampuan atletik alami seseorang lebih utama dalam dunia olahraga di bandingkan dengan harapan. Harapan memberikan sumbangsih dalam psikologis dan strategi namun ketika tidak di wujudkan dengan kemampuan atletik yang seimbang maka tidak ada artinya dalam olahraga.

Harapan memiliki pengaruh yang lebih besar (5,3 %) di bandingkan pola kelekatan aman karena secara teoritis, harapan memiliki kontrol dan kekuatan dalam mencapai tujuan di sebabkan dia konsisten dalam menciptakan rute pencapaian sehingga tidak menyerah dalam berbagai kondisi dan situasi sehingga memungkinkan untuk mengembangkan kekuatan secara personal, memobilisasi kemampuan, dan pencapaian dalam menghadapi kesulitan (Gustafsson dkk, 2010).

Meskipun tidak berpengaruh dalam hasil, pola kelekatan aman dan harapan masih memberi sumbangsih pengaruh pada kecemasan. Diantaranya penelitian Dizdari (2013) meneliti pengaruh kelekatan, kecemasan kompetitif, dan kepercayaan diri terhadap performasi atlet renang non professional dan sub professional pada atlet muda menemukan bahwa kelekatan aman saling berpengaruh dan memberi manfaat pada variabel lainnya yang mana ketika

pola yang di rasakan oleh atlet adalah kelekatan tidak aman maka dapat berpengaruh pada performansi dan menimbulkan kecemasan kompetisi.

Weinberg dan Gould (2011) menambahkan pada level kecemasan berkaitan dengan proses mediasi pola kelekatan, dimana pola kelekatan aman menjadi bagian dalam kecemasan. Penelitian Woodman dkk (2009) mengenai emosi dan performansi olahraga (explorasi harapan, kebahagiaan, dan kemarahan juga menemukan bahwa harapan memberikan pengaruh yang lebih besar di bandingkan emosi yang lain dalam performansi terutama pada kecemasan kompetitif.

Data yang telah di kumpulkan tidak dapat menunjukkan adanya pengaruh pola kelekatan aman dan harapan terhadap kecemasan kompetitif pada atlet anak di White Lion In-Line Skate Club kota Malang disebabkan hasil menunjukkan ketidak signifikannya data tersebut. Tidak adanya pengaruh tersebut menunjukkan bahwa sampel dalam penelitian ini tidak mampu membuktikan pengaruh tersebut, bukan di karenakan memang tidak ada pengaruh antara pola kelekatan aman dan harapan terhadap kecemasan kompetitif.

Tidak adanya pengaruh pola kelekatan aman dan harapan terhadap kecemasan kompetitif pada atlet anak di White Lion In-Line Skate Club kota Malang menunjukkan bahwa penelitian ini memiliki banyak kekurangan, di antaranya penyebaran skala yang di lakukan satu jam setelah latihan dengan jumlah aitem skala yang cukup banyak dapat menyebabkan atlet merasa lelah terutama pada sampel penelitian ini ada atlet anak.

Jumlah minimum atlet yang di gunakan sebagai sampel juga mempengaruhi mengingat klub White Lion In-Line Skate di nilai peneliti merupakan klub yang cocok dengan penelitian ini dibandingkan dengan klub kota Malang lain yang muncul tenggelam dalam dunia kompetisi sepatu roda sehingga di nilai kurang representative. Namun jumlah dalam satu klub memang biasanya tidak memiliki banyak atlet aktif. Berdasarkan kelemahan yang ada dalam penelitian ini, kita perlu untuk mengetahui signifikansi skala dan momentum penelitian-penelitian terdahulu untuk mengetahui cara yang baik dalam menggali data.

Penelitian Dizdari (2013) yang menggunakan skala *Secure Base Script Test* (SBST) memiliki signifikansi skala 0,89. Skala *Attachment Style Questionnaire* (ASQ) memiliki signifikansi 0,82 ; 0,84 ; 0,84. Skala *Competitive State Anxiety Inventory-2* (CSAI-2) 0,85 ; 0,84 ; 0,78. Momentum pemberian skala di lakukan dalam bentuk pengisian secara online dengan batas waktu pengisian dan pengumpulan yang sudah di tentukan. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 44 atlet (22 atlet perempuan dan 22 atlet laki-laki).

Penelitian Lisinskinie (2013) yang menggunakan skala *Inventory of Parent and Peer Attachment-Revised* (IPPA-R) memiliki signifikansi skala 0,69- 0,89 dan 0,74- 0,91. Sangat disayangkan, momentum pemberian skala tidak di jabarkan. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 648 sampel (346 perempuan dan 302 laki-laki).

Penelitian Gustafsson (2010) yang menggunakan skala *State Hope Scale* (SHS) memiliki signifikansi 0,66 dan 0,77. Skala *Athlete Burnout Questionnaire* (ABQ) memiliki signifikansi 0,77- 0,88. Momentum pemberian

skala di lakukan tepat setelah dua bulan pelatihan akademik dan olahraga. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 178 atlet (63 atlet perempuan dan 115 atlet laki-laki).

Penelitian Dellas (2013) yang menggunakan skala *Dispositional Hope Scale* (DHS) memiliki signifikansi skala 0,69 ; 0,74 ; 0,76. Skala *State Hope Scale* (SHS) memiliki signifikansi 0,72 ; 0,69 ; 0,80. Skala *Spesific Perceived Ability Questionnaire* (SPAQ) 0,86. Momentum pemberian skala di lakukan setelah seluruh rangkaian pemberian *treatment* eksperimen selesai. Eksperimen ini di laksanakan berkala selama beberapa minggu saat kelas olahraga. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 216 sampel.

Beberapa lampiran signifikansi dan momentum di atas adalah prosedur dan perhitungan validitas penelitian yang hipotesisnya di terima. Signifikansi dalam penelitian tersebut termasuk dalam signifikansi validitas yang mendekati angka satu mulai dari 0,69- 0,91 yang bermakna validitas dan reliabilitas skala tersebut dapat di pertanggung jawabkan. Momentum dalam penelitian-penelitian tersebut dilakukan dalam keadaan sampel tidak berada dalam kondisi lelah seperti pada penelitian ini.

Dapat di simpulkan bahwa momentum pemberian skala atau *treatment* dalam eksperimen serta signifikansi validitas skala yang di gunakan juga perlu di perhatikan untuk menghasilkan data yang baik. Meskipun ada di antaranya beberapa penelitian yang memiliki signifikansi validitas skala yang baik tetapi momentum pelaksanaan penelitian yang tidak tepat sehingga mempengaruhi hasil hipotesis.

Penelitian Ponseti (2016) yang menggunakan skala *Sport Anxiety Scale - 2* (SAS-2) memiliki signifikansi skala 0,88. Skala *Parental Involvement Sports Questionnaire* (PISQ) memiliki signifikansi 0,82 ; 0,84 dan 0,70. Momentum pemberian skala di lakukan tiga kali. Pertama di lakukan saat latihan, kedua dilakukan tiga minggu kemudian juga di saat latihan, dan yang terakhir di malam hari sebelum kompetisi. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 37 atlet (17 atlet perempuan dan 20 atlet laki-laki).

Penelitian Blacker (2018) yang menggunakan skala *Experiences in Close Relationships-Relationship Structures Questionnaire* (ECR-RS) memiliki signifikansi skala 0,82 ; 0,87 ; 0,885 ; 0,78 dan 0,71 Skala *The Mental Readiness Form-3* (MRF-3) memiliki signifikansi 0,85 ; 0,84 ; 0,78. Momentum pemberian skala di lakukan tiga kali. Pertama, tepat setelah menandatangani *informant consent*, mereka di beri skala ECR-RS untuk membagi kelompok eksperimen sesuai dengan kelekatan. Kedua, satu minggu kemudian mereka di bagi menjadi kelompok-kelompok sesuai dengan kelekatan dan di beri eksperimen dengan melakukan 20 shoots bola kedalam ring, tepat setelahnya sampel di beri skala MRF-3 untuk mengetahui tekanan dan kecemasan. Ketiga, satu minggu kemudian mereka di bagi kelompok sesuai dengan hasil kondisi tekanan pada minggu kedua per-kategori kelekatan, dan di beri eksperimen dengan melakukan 20 shoots bola kedalam ring dan dilakukan pengukuran MRF-3 lagi. Tiap perlakuan *treatment* eksperimen (shoots) di nilai untuk melihat skor. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 88 atlet.

Berdasarkan dua penelitian di atas maka dapat kita pelajari bahwa momentum pengambilan data bersifat penting untuk mengetahui kondisi sampel dan penggunaan *treatment* dalam penelitian perlu di perjelas sehingga dapat menggambarkan variabel dengan baik serta sesuai dengan apa yang diteliti, juga jika sampel yang digunakan adalah sampel yang tergolong skala kecil lebih di anjurkan untuk menggunakan non parametrik dalam olah data hipotesisnya.

Selain itu memungkinkan adanya variabel selain pola kelelahan aman dan harapan yang lebih mempengaruhi kecemasan kompetitif, seperti *mental toughness* (ketangguhan mental), *self confident* (kepercayaan diri), dan *social support* (dukungan sosial).

Mental toughness atau ketangguhan mental merupakan kemampuan bersikap positif ketika menghadapi suatu tekanan khususnya pertandingan. Ketangguhan mental dibutuhkan oleh atlet untuk menjaga pikirannya agar tetap positif sehingga dapat memfasilitasi kecemasan dalam bertanding (Gucciardi dkk,2008). Ketangguhan mental dapat menjadikan atlet lebih rileks karena mengalirkan energy positif seperti dalam berpresepsi atau menghiraukan masalah, tekanan, kesalahan dalam suatu pertandingan.

Kepercayaan diri menjadi modal utama seseorang dalam menghadapi kompetisi. Karena konsentrasi dan kepercayaan diri memungkinkan atlet mengeliminasi hal-hal yang tidak relevan dan dapat menguasai situasi permainan termasuk lawan mainnya dengan baik (Cox, 2011). Dukungan

sosial menjadi salah satu faktor yang dapat mengubah pengalaman stress dan cemas.

Dukungan sosial menurut Rook adalah salah satu fungsi pertalian sosial yang menggambarkan tingkat dan kualitas hubungan interpersonal yang akan melindungi individu dari konsekuensi stress. (Smet, 1994). Dalam fungsi *coping stress* kecemasan kompetitif, dukungan sosial di perlukan. Di antara beberapa variabel tersebut di yakini masih banyak yang dapat mempengaruhi kecemasan.



BAB V

KESIMPULAN

A. Kesimpulan

1. Tingkat pola kelekatan aman termasuk dalam kategori “Tinggi”. Berdasarkan hasil penelitian dari 33 responden menunjukkan 25 atlet anak (76%) memiliki pola kelekatan aman yang tinggi dan 8 atlet anak (24%) memiliki pola kelekatan aman yang sedang.
2. Tingkat harapan termasuk dalam kategori “Tinggi”. Berdasarkan hasil penelitian dari 33 responden menunjukkan 26 atlet anak (79%) memiliki harapan yang tinggi dan 7 atlet anak (21%) memiliki harapan yang sedang.
3. Tingkat kecemasan kompetitif termasuk dalam kategori “Rendah”. Berdasarkan hasil penelitian dari 33 responden menunjukkan 29 atlet anak (88%) memiliki kecemasan kompetitif yang rendah dan 4 atlet anak (12%) memiliki kecemasan kompetitif yang sedang.
4. Hasil penelitian menunjukkan tidak adanya pengaruh pola kelekatan aman dan harapan terhadap kecemasan kompetitif di White Lion In-Line Skate Club Kota Malang.

B. Saran

1. Fakultas Psikologi

Penelitian ini diharapkan dapat menambah hasanah keilmuan Psikologi khususnya pada Psikologi Olahraga yang mana masih kurang dalam referensi terutama mengenai Kecemasan Kompetitif pada atlet.

2. Klub Sepatu Roda

Adanya penelitian ini diharapkan pada seluruh masyarakat yang berkecimpung dalam dunia olahraga terutama pada akademisi atlet memperhatikan Kecemasan Kompetitif yang dapat mengganggu performansi atlet, karena untuk mendapatkan hasil yang optimal atlet tidak hanya dibimbing secara fisik namun membutuhkan psikis yang sehat.

3. Penelitian Selanjutnya

Diharapkan mampu memperluas kajian yang berkaitan dengan kecemasan kompetitif, seperti variabel variabel mana saja yang mungkin lebih berpengaruh pada kecemasan tersebut seperti *Mental Toughness* (Ketangguhan Mental), *Self Confident* (Kepercayaan Diri), dan *Social Support* (Dukungan Sosial).

Peneliti Psikologi Olahraga terutama peneliti selanjutnya juga perlu memahami momentum pengambilan data untuk mengetahui kondisi sampel dan penggunaan *treatment* dalam penelitian dan perlu di perjelas sehingga dapat menggambarkan variabel dengan baik serta sesuai dengan apa yang di teliti. Jika sampel yang di gunakan adalah sampel yang tergolong skala kecil lebih di anjurkan untuk menggunakan non parametik dalam olah data hipotesisnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahsan.M, Ruru.K.T& Kumar.A. (2014). A Study of Competitive Anxiety in Young Soccer Players. *IOSR Journal of Sports and Physical Education (IOSR-JSPE)*, 30-31.
- Aji,P.& Uyun,Z. (2010). Kelekatan (Attachment) Pada Remaja Kembar. *Indigenous, Jurnal Berkala Psikologi*, vol.12 37-46.
- Alex Lindley dan Stephen Joseph. (2004). *Positive Psychology In Practice*. United State Of America: Wiley.
- Amir, N. (2004). Pengembangan Instrumen Kecemasan Olahraga. *Anima*, Vol.20 No.1 55-69.
- Amir.N & Hajidin. (2014). Pengembangan Alat Ukur Kecemasan Olahraga. *Jurnal Sport Pedagogy*, Vol 4 No.02.
- Anshel, M. H. (1997). *Sport Psychology: From Theory to Practice (3rd edition)*. Scottsdale: Gorusuch Scarisbrick.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*. Jakarta: PT.Rineka Cipta.
- Armsden,G.C,& Greenberg,M.T. (1987). The Inventory of Parent and Peer Attachment: Individual Differences and Their Relationship to Psychological Wellbeing in Adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, Vol.16, No.5.
- Azwar, S. (2007). *metode penelitian*. Yogyakarta: Pustaka pelajar.
- Bastaman, H. D. (2005). *Integrasi Psikologi dengan Islam : Menuju Psikologi Islam*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bee, H. (2000). *The Developing Child*. Massachussets: Ally Bacon.
- Belsky, J. (1988). *Infancy, Childhood and Adollescene : Clinical Implication of Attachment*. Lawrence Erlbaum Associate.
- Belsky, J.; Fearon, R.M.P. (2002). Infant-mother attachment security, contextual risk, and early development. *Dev. Psychopathol*, 14, 293–310.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss*. New York: Basic Book.

- Burton, J. (1990). *Conflict: Resolution and Prevention*. London: MacMillan Press.
- Carr, A. (2004). *Positive Psychology :The Science of Happiness and Human Strengths*. Hove & New York: Routledge Taylor & Francis Group.
- Carr, S. (2012). *Attachment in Sport, Exercise, and Wellness*. *Routledge: London: UK*, ISBN-10: 0415578582.
- Chaplin, J. P. (2006). *Kamus Lengkap Psikologi (Terjemahan Kartini Kartono)*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Cox, R. (2011). *Sport Psychology*. New York: Yje Mcgraw-Hill Company Inc.
- Dizdari, H. (2013). Attachment, Competitive Anxiety, and Self Confidence among Competitive Swimmers. *Lund University*.
- Durkin, K. (1995). *Developmental Social Psychology*. Massachussets: Blackwell Publisher.
- Ervika, E. (2005). Kelekatan Pada Ana. *Jurnal e-USU Repository 2005 Universitas Sumatra Utara*.
- Eubank M.R, S. N. (1995). Intensity and direction of Multidimensional competitive state anxiety:Relationships to performance in racket sports. *Journal Sports and Excercise*, 30-35.
- Feldman, D & Sills, J. (2013). Hope and cardiovascular health-promoting behaviour: Education alone is not enough. *Psychology & Health*, 28 (0), 727-745.
- Flanagan, G. (2003). *The Firth Nine Months of Life (Sembilan Bulan Pertama dalam hidupku)*. Jakarta: Yayasan Cipta Loka Caraka.
- Gagne, M., Ryan, R. M., & Bargmann, K. (2003). Autonomy and need satisfaction in the motivation and well-being of gymnastic. *Journal of Applied Sport Psychology*, 15, 372-390\.
- Gould, W. d. (1995). *Foundations of Sport and Exercise Psychology*. Champaign Illinois: HUman Kinetics.
- Gould,D. Horn,T. & Spreeman,J. (1983). Sources of stress in junior elites westlers. *Journal of Sport Psychology*, 5,159-171.

- Grossbard, J. R., Smith, R. E., Smoll, F. L., & Cumming, S. P. . (2009). Competitive anxiety in young athletes: Differentiating somatic anxiety, worry and concentration disruption. *Anxiety, Stress and Coping*, 22(2), 153-166.
- Gucciardi, D.F., Gordon, S., & Dimmock, J.A. (2008). Towards an Understanding Mental Toughness in Australian Football. *Journal of Applied Sport Psychology*, 261-281.
- Gunarsa, S. (1996). *Dasar dan Teori Perkembangan ANak*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Gunarsa, S. D. (1989). *Psikologi Olahraga*. Jakarta: PT.BPK Gunung Mulia.
- Gunarsa, S.D., Monty P.S. & Myrna H.R.S. . (1996). *Psikologi Olahraga: Teori dan Praktik*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Gustafsson, H., Podlog, L.W., & Hassmen, P. (2010). Exploring The Relationship Between Hope and Burnout in Competitive Sport. *Journal of Sports Sciences*, pp 1-10.
- Hawari, D. (2011). *Manajemen Stres Cemas dan Depresi* . Jakarta : FKUI.
- Hawwa, S. (2001). *Tazkiyatun Nafs Intisari Ihya Ulumuddin*. Jakarta: Pena Pundi.
- Husdarta. (2010). *Psikologi olahraga*. Bandung: Alfabeta.
- Ijzendoorn, M.H., & Kroonenberg, P.M. (1988). Cross-Cultural Patterns of Attachment: A Meta-Analysis of the Strange Situation. *Child Development*, Vol.59 No.01 pp 147-156.
- Iriani, L.P., Syafiq, M. (2017). Gambaran Hope Pada Seorang Penyandang Tunarungu Wicara Yang Berprestasi. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, Vol.7 No.3.
- Johnson & Medinus, G. (1974). *Child Psychology Behavior and Developmental*. New York: John Wiley and Sons.
- Kaplan H.I, S. B. (1997.). *Sinopsis Psikiatri jilid 1 Tejemahan Widjaja Kusuma* . Jakarta : Binarupa Aksara.

- Larasati,N.I.,Desiningrum,D.R. (2017). Hubungan Antara Kelekatan Aman dengan Ibu dan Regulasi Emosi Siswa Kelas X SMA Negeri 3 Salatiga. *Jurnal Empati*, Vol.7 pp 127-133.
- Lazarus, Richard S. (1991). *Progress on a cognitive motivational relational theory of Emoticon*. United State of America: American Psychologist.
- Lazarus,R.S,&Folkman,S. (1980). An Analysis of Coping in a Middle-Aged Community Sample. *Journal of Health and Social Behaviour* , Vol.21 pp 219-239.
- Lisinskien,A.,Guetterman,T.,&Sukys,S. (2018). Understanding Adolescent-Parent Interpersonal Relationship in Youth Sports: A Mixed-Methods Study. *Journal Sports*, Vol.6 pp 41.
- Ma'rifat,N.L.,& Budiani,M.S. (2012). Hubungan Antara Attachment Style dan Self Esteem dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja. *Jurnal Psikologi: Teori dan Terapan*, Vol.3 No.1 pp17-27.
- Martens,R.,Vealey,R.S.,Burton,D. (1990). *Competitive Anxiety in Sports*. United Kingdom: Human Kinetics.
- Mc. Cartney, K. &. (2002). *Child Development*. USA: Mc.Millan References.
- McNally, I. M. (2002). Contrasting Concepts of Competitive State-Anxiety in Sport: Multidimensional Anxiety and Catastrophe Theories. *Athletic Insight*, Vol 4 Issue 2.
- Mellalieu, R.D., Hanton, S., Fletcher,D. (2009). *A Competitive Anxiety Review : Recent direction in Sport Psychology Research*. New York: Nova Science Publisher.
- Mellalieu.S.D, Hanton. S, Fletcher,& Neil.R. (n.d.). Psychological Skill Usage and the Competitive Anxiety Response as a Function of Skill Level in Rugby Union. *PMC*, 2009.
- Monk&Knoers. (2006). *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagianya*. Yogyakarta: Gadjah University Press.
- Morris, L. D. (1981). Interactive Effects of Generalised and Situational Expectancies on Cognitive and Emotional Components of Anxiety. *Journal of Educational Psychology*, 75,541-555.

- Mualifah. (2009). *Psycho islamic smart parenting*. Jogjakarta: DIVA press.
- P.Schwenkmezger, D. H. (1989). Measuring Anxiety in Sport. *Anxiety Sport: An International Perspective* . *Hemispher*, 55-74.
- Papalia, D. E., Old s, S. W., & Feldman, R. D. . (2009). *Human Development (Perkembangan Manusia)*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Permatasari, D. (2017). Hubungan Dukungan Orangtua dan Harga Diri dengan Harapan sebagai Variabel Mediator. *Psikodimensia*, Vol.16 pp.20-30.
- Ponseti,F. Javier, Sese, Albert., Garcia-Mas,Alexandre. (2016). The Impact Of Competitive Anxiety And Parental Influence On The Performance of Young Swimmer. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, vol.11 no.02 pp 229-237.
- R.Martens, D. R. (1990). *The Development of The Competitive State Anxiety Inventory-2(CSAI-2)*. Champaign IL: Human Kinetics.
- Radochonski.M, Cynarski. W.J, Perenc.L, & Maslanka.L.S. (2011). Competitive Anxiety and Coping Strategies in Young Martial Arts and Track and Field Athletes. *Journal of Human Kinetics* , vol 27 pp 181-190.
- Reeves, C.; Nicolls, A.; McKenna, J. (2009). Stressors and coping strategies among early and middle adolescent Premiere League academy soccer players: Differences according to age. *J. Appl. Sport Psychology*, 21, 31–48.
- Rini., J. F. (2002). Psikologi Masalah Stress. *Jurnal Repistory Sumatera Utara*.
- Rohmansyah, N. A. (2017). Kecemasan dalam Olahraga. *Jurnal Ilmiah PENJAS*, Vol.3 No.01.
- Rusydi, A. (2015). *Kecemasan dan Psikoterapi Spiritual Islam*. Yogyakarta: Istana Publishing.
- Santrock, J. W. (2011). *Perkembangan Anak Edisi 7 Jilid 2 (Terjemahan Sarah Genis B)*. Jakarta: Erlangga.

- Satiadarma, M. (2000). *Dasar-dasar Psikologi Olahraga*. Jakarta: Sinar Harapan.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. . (1985). Optimism, coping, and health: assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health psychology*, 4(3), 219.
- Schneider, S. L. (2001). In search of realistic optimism: Meaning, knowledge, and warm fuzziness. *American Psychologist*, 56(3), 250.
- Seligman, M. (1998). What is the good life. *APA monitor*, 29(10), 2.
- Shaffer, D. (2010). *Developmental Psychology : Childhood and Adolescence*. Belmont USA: WADSWORTH :cegage learning.
- Sidabutar, F. M. (2008). *Harapan Serta Konsep Tuhan Pada Anak Usia Sekolah Yang Menderita Kanker*. Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Smet, B. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana.
- Snyder, C. (1994). *The Psychology of Hope : You can get there from here*. New York: The Free Press.
- Snyder, C. R. (2000). *Handbook of hope: Theory, measures, and applications*. San Diego, CA, US: Academic Press.
- Snyder, C. R., Harris, C., Anderson, J. R., Holleran, S. A., Irving, L. M., Sigmon, S. T., & Harney, P. (1991). The will and the ways: development and validation of an individual-differences measure of hope. *Journal of personality and social psychology*, 60(4), 570.
- Soetjningsih. (2013). *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: EGC.
- Sudarmanto, R. G. (2005). *Analisis Regresi Linier Ganda dengan SPSS*. Yogyakarta: Penerbit Graha Ilmu.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV Alfabeta.
- Suliswati. (2005). *Konsep Dasar Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Jakarta: EGC.
- Snyder, C. (2002). Hope Theory : Rainbows in The Mind. *Psychological Inquiry*, 249-275.

- Tim Woodman, Paul A. Davis, Lew Hardy, Nichola Callow, Ian Glasscock, & Jason Yuill-Proctor. (2009). Emotions and Sport Performance : An Exploration of Happiness, Hope, and Anger. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 169-188.
- Wallatey, R. (2001). *Self Efficacy in helath related behaviour change*. <http://trochim.human.cornel.edu/gallery/walkey/self-eff.htm>.
- Weinberg, R. S. (2003). *Foundations of sports and Exercise Psychology 3 Edition*. United State of America: Human Kinetics.
- Wolfenden, L., & Holt, N. (2005). Talent development in elite junior tennis: Perceptions of players, parents, and coaches. *J. Appl. Sports Psychology*, 17, 108–126.
- Yessy. (2003). Hubungan Pola Kelekatan dengan Kemampuan Menjalin Relasi Pertemanan pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, Vol. 12, no. 2, 1-12.
- Youssef, C & Luthans, F. (2007). Positive Organizational Behavior in the Workplace: The Impact of Hope, Optimism, and Resilience. *Journal of Management*, 33 (5), 774-800.
- Weinberg, R.S, & Gould, D . (1995). *Foundations of sport and exercise psychology*. Chicago: Champaign, IL, Human Kinetics.

LAMPIRAN 1 Bukti Konsultasi

Nama : Yuliniar Maulidia Zahro

NIM : 15410070

Pembimbing : Dr. Rifa Hidayah, M.Si

NIP : 19761128 200212 2 001

Judul : Pengaruh Pola Kelekatan Aman dan Harapan Terhadap Kecemasan Kompetitif Pada Atlet Anak di White Lion In-Line Skate Club Kota Malang

No	Tanggal	Materi Konsultasi	TTD Pembimbing
1	2 Oktober 2018	Konsep Penelitian	
2	10 Oktober 2018	BAB I	
3	22 Oktober 2018	Revisi BAB I dan II	
4	6 November 2018	Revisi BAB II dan III	
5	7 November 2018	Revisi BAB III dan Persiapan Seminar Proposal	
6	4 Desember 2018	Persiapan Seminar Proposal	
7	14 Januari 2019	Seminar Proposal	
8	22 Januari 2018	Instrumen Penelitian	
9	25 Januari 2019	Skala Penelitian	
10	29 Januari 2019	Skala Penelitian	

11	4 Februari 2019	Skala Penelitian	
12	10 Februari 2019	Terjun Lapang dan Analisis Data	
13	19 Februari 2019	Analisis Data	
14	6 Maret 2019	Revisi Analisis Data	
15	11 Maret 2019	Hasil dan Pembahasan	
16	13 Maret 2019	Revisi Hasil dan Pembahasan	

Mahasiswa yang bersangkutan selesai menjalani bimbingan skripsi dan telah memenuhi SKS yang dipersyaratkan untuk dapat mengikuti ujian skripsi.

Malang, 15 Maret 2019

Mengetahui

Wakil Dekan Bidang Akademik

Dosen pembimbing

Dr. Ali Ridho, M.Si

Dr. Rifa Hidayah, M.Si

NIP. 197804292006041001

NIP. 19761128 200212 2 001

LAMPIRAN 2 Kuisisioner Skala

Skala CHS

Bacalah kalimat ini dengan cermat dan bayangkan anda berada pada situasi yang ada pada kalimat tersebut. Pilihlah jawaban yang menurut anda sesuai dengan diri anda saat ini . Berilah tanda (√) pada kolom yang sesuai dengan jawaban anda. Jawab setiap pertanyaan dan jangan terlewatkan. Tidak ada jawaban benar atau salah.

NO	Pernyataan	Tidak ada waktu	Sedikit waktu	Beberapa waktu	Banyak waktu	Sebagian besar waktu	Sepanjang waktu
1.	Saya pikir saya melakukannya dengan baik						
2.	Saya dapat memikirkan banyak cara untuk mendapatkan hal-hal yang penting bagi hidup saya						
3.	Saya melakukan sama baiknya seperti anak-anak pada seusia saya						
4.	Ketika saya memiliki masalah saya memiliki banyak cara untuk menyelesaikannya						
5.	Saya pikir hal-hal yang telah saya lakukan di masa lalu akan						

	membantu saya di masa depan						
6.	Bahkan ketika orang lain ingin berhenti, saya tahu bahwa saya dapat menemukan cara untuk menyelesaikan masalah						

SKALA SCAT

Bacalah pernyataan berikut! Pilihlah jawaban “Jarang”, “Kadang-kadang”, atau “Sering” anda rasakan saat berlomba di lapangan. Berilah tanda (√) pada kolom yang sesuai dengan jawaban anda. Jawab setiap pertanyaan dan jangan terlewatkan. Tidak ada jawaban benar atau salah.

NO	Pernyataan	Jarang	Kadang-kadang	Sering
1.	Bersaing dengan orang lain secara sosial menyenangkan.			
2.	Sebelum saya bertanding, saya merasa tidak nyaman.			
3.	Sebelum saya bertanding, saya merasa khawatir jika tidak tampil dengan baik.			
4.	Saya orang olahraga yang baik ketika saya berkompetisi.			
5.	Ketika saya bertanding, saya khawatir tentang membuat kesalahan.			
6.	Sebelum saya bertanding saya merasa tenang			

7.	Menetapkan target adalah penting ketika bertanding.			
8.	Sebelum saya bertanding saya merasa mual di perutku.			
9.	Tepat sebelum bersaing, saya melihat bahwa jantung saya berdetak lebih cepat dari biasanya.			
10.	Saya suka berkompetisi dalam pertandingan yang menuntut banyak energi fisik			
11.	Sebelum saya bertanding saya merasa santai.			
12.	Sebelum saya bertanding saya merasa gugup			
13.	Bermain dalam tim lebih menyenangkan dari pada individual.			
14.	Saya merasa gugup untuk segera memulai permainan.			
15.	Sebelum saya bertanding saya biasanya merasa gelisah			

SKALA POLA KELEKATAN AMAN

Bacalah tiap pernyataan dengan teliti kemudian berikan jawaban kamu pada lembar atau kolom yang telah disediakan. Isilah dengan tanda centang (√) pada setiap pernyataan. Bacalah tiap pernyataan dengan hati-hati ☺

SS, jika pernyataan tersebut **Sangat Sesuai** dengan keadaan yang kamu rasakan sekarang.

S, jika pernyataan tersebut **Sesuai** dengan keadaan yang kamu sekarang.

KS, jika pernyataan tersebut **Kurang Sesuai** dengan keadaan yang kamu rasakan sekarang.

TS, jika pernyataan tersebut **Tidak Sesuai** dengan keadaan yang kamu rasakan sekarang.

No.	Pernyataan	Tidak Sesuai	Kurang sesuai	Sesuai	Sangat Sesuai
1	Saya adalah anak yang baik				
2	Saya sudah puas dengan diri saya yang sekarang				
3	Saya menjaga kesehatan diri				
4	Saya punya banyak kemampuan yang bisa dibanggakan				
5	Keluarga saya bangga pada saya				
6	Saya di butuhkan di lingkungan				
7	Teman-teman saya menyukai saya				

8	Ketika saya memiliki pendapat orang tua saya mendengarkannya				
9	Saat saya aku mendapatkan prestasi, teman-teman juga merasa senang				
10	Jika saya mendapatkan kesulitan banyak yang membantu saya				
11	Saya bisa melakukan pekerjaan dengan baik				
12	Saya tau kemampuan saya				
13	Tantangan mampu saya lalui				
14	Saya berusaha dengan seluruh kemampuan				
15	Orang tua saya percaya pada saya				
16	Orang tua saya memberikan semangat saat sedang bersedih				
17	Teman-teman menghibur saya saat mendapat kesulitan				
18	Jika saya membutuhkan orangtua mereka ada untuk saya				
19	Lingkungan saya mendukung cita-cita saya				
20	Ketika saya melakukan sesuatu dengan baik, mereka memuji saya				

21	Saya menyayangi anak yang lebih kecil				
22	Kita perlu memahami perasaan orang lain				
23	Saya berkata sopan dan tidak bermain tangan				
24	Guru harus di hormati				
25	Ketika teman berbuat salah, saya memaafkannya				
26	Membantu orang yang kesulitan merupakan kewajiban				
27	Berbagi dengan sesama itu menyenangkan				
28	Ketika teman saya bersedih, saya menghiburnya				
29	Orangtua mengajari saya untuk memberi pada yang membutuhkan				
30	Jika ada orang yang sakit, kita perlu menjenguknya				
31	Keluarga menyayangi saya				
32	Lingkungan saya memahami perasaan saya				
33	Saya tidak merasa kesepian karena memiliki teman				
34	Saat saya berbuat salah, saya di tegur dengan sabar				
35	Keluarga saya senang jika saya berprestasi				

36	Dalam bekerja sama, kami kompak				
37	Lingkungan saya banyak orang yang baik				
38	Orang tua menegur saya supaya menjadi lebih baik				
39	Saya membiarkan teman bermain dengan mainan saya				
40	Saya tidak takut bermain di luar karena ibu dan ayah menjaga saya				

LAMPIRAN 3 Uji Validitas dan Uji Reliabilitas

1. Pola Kelekatan Aman

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	33	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	33	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.862	40



Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	127.97	100.718	.531	.856
VAR00002	128.30	97.593	.588	.853
VAR00003	128.15	99.633	.440	.856
VAR00004	128.33	100.479	.357	.858
VAR00005	128.24	101.627	.413	.858
VAR00006	128.15	99.070	.520	.855
VAR00007	128.30	96.530	.718	.850
VAR00008	128.33	99.354	.435	.856
VAR00009	128.39	97.559	.517	.854
VAR00010	128.48	103.320	.161	.863
VAR00011	128.06	101.809	.415	.858
VAR00012	128.30	100.780	.419	.857
VAR00013	128.33	100.542	.411	.857
VAR00014	128.33	103.792	.232	.861
VAR00015	128.48	99.070	.567	.854
VAR00016	128.33	98.667	.454	.856
VAR00017	128.06	101.746	.373	.858
VAR00018	128.15	103.258	.196	.862
VAR00019	128.00	102.938	.305	.859
VAR00020	128.36	99.364	.443	.856
VAR00021	128.64	103.051	.160	.864
VAR00022	128.55	106.506	-.054	.870
VAR00023	128.33	104.479	.085	.865
VAR00024	128.15	105.195	.086	.863
VAR00025	128.27	100.830	.447	.857
VAR00026	128.42	101.189	.332	.859
VAR00027	128.15	102.320	.294	.860
VAR00028	128.06	104.746	.127	.862
VAR00029	128.09	104.148	.186	.861

VAR00030	128.45	104.068	.129	.863
VAR00031	128.00	102.000	.398	.858
VAR00032	128.21	98.110	.526	.854
VAR00033	128.00	101.438	.454	.857
VAR00034	128.48	102.383	.223	.862
VAR00035	128.33	101.604	.328	.859
VAR00036	128.06	100.059	.525	.855
VAR00037	128.30	97.030	.630	.852
VAR00038	127.94	106.559	-.048	.865
VAR00039	128.27	101.080	.327	.859
VAR00040	128.45	102.443	.249	.861

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.891	26

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	82.61	71.496	.519	.887
VAR00002	82.94	68.746	.588	.884
VAR00003	82.79	69.610	.514	.886
VAR00004	82.97	71.405	.336	.891
VAR00005	82.88	71.985	.433	.888
VAR00006	82.79	69.860	.532	.886
VAR00007	82.94	68.309	.676	.882
VAR00008	82.97	69.530	.492	.887
VAR00009	83.03	68.218	.556	.885
VAR00011	82.70	72.593	.382	.889
VAR00012	82.94	71.621	.400	.889
VAR00013	82.97	71.655	.370	.889
VAR00015	83.12	70.422	.524	.886
VAR00016	82.97	69.218	.487	.887
VAR00017	82.70	71.780	.423	.888
VAR00019	82.64	73.301	.300	.890
VAR00020	83.00	70.188	.446	.888
VAR00025	82.91	71.710	.423	.888
VAR00026	83.06	72.059	.305	.891
VAR00031	82.64	72.176	.433	.888
VAR00032	82.85	68.820	.556	.885
VAR00033	82.64	71.426	.523	.886
VAR00035	82.97	71.968	.341	.890
VAR00036	82.70	70.593	.551	.886
VAR00037	82.94	68.371	.621	.883
VAR00039	82.91	71.523	.338	.890

2. Harapan

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	33	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	33	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.856	6

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	25.76	9.064	.622	.836
VAR00002	25.73	9.392	.622	.836
VAR00003	25.70	9.218	.555	.848
VAR00004	25.67	8.104	.776	.805
VAR00005	25.82	8.466	.715	.818
VAR00006	25.88	9.172	.578	.843

3. Kecemasan Kompetitif

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	33	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	33	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.660	11

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	11.24	5.877	.000	.667
VAR00002	9.48	4.008	.693	.547
VAR00004	11.24	5.877	.000	.667
VAR00006	9.39	4.371	.335	.643
VAR00007	11.24	5.877	.000	.667
VAR00009	9.12	3.860	.624	.556
VAR00010	11.24	5.877	.000	.667
VAR00011	9.30	4.280	.427	.614
VAR00012	9.30	4.530	.326	.641
VAR00013	11.24	5.877	.000	.667
VAR00015	9.61	4.809	.387	.623

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	33	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	33	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.671	15

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	19.18	9.653	.000	.675
VAR00002	17.42	7.189	.715	.584
VAR00003	16.97	8.468	.280	.656
VAR00004	19.18	9.653	.000	.675
VAR00005	16.94	8.496	.218	.668
VAR00006	17.33	7.667	.375	.642
VAR00007	19.18	9.653	.000	.675
VAR00008	17.79	8.672	.251	.660
VAR00009	17.06	7.059	.629	.591
VAR00010	19.18	9.653	.000	.675
VAR00011	17.24	8.002	.327	.650
VAR00012	17.24	7.752	.400	.636
VAR00013	19.18	9.653	.000	.675
VAR00014	17.09	9.335	-.005	.700
VAR00015	17.55	8.193	.437	.634

LAMPIRAN 4 Uji Asumsi Klasik

Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		polakelekatan	harapan	kecemasan
N		33	33	33
Normal Parameters ^a	Mean	86.1818	30.9091	13.4545
	Std. Deviation	8.72659	3.52990	2.65861
Most Extreme Differences	Absolute	.083	.207	.132
	Positive	.071	.130	.132
	Negative	-.083	-.207	-.097
Kolmogorov-Smirnov Z		.476	1.191	.759
Asymp. Sig. (2-tailed)		.977	.117	.612
a. Test distribution is Normal.				

Hasil Uji Linieritas

1. Kecemasan x pola kelekatan aman

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
kecemasan * polakelekatan	33	100.0%	0	.0%	33	100.0%
kecemasan * harapan	33	100.0%	0	.0%	33	100.0%

Report

kecemasan

polakel ekatan	Mean	N	Std. Deviation
67	15.0000	1	.
70	15.0000	1	.
74	13.5000	2	.70711
76	18.0000	1	.
77	12.0000	1	.
78	11.5000	2	2.12132
80	11.0000	1	.
81	12.0000	2	1.41421
82	14.0000	1	.
85	10.0000	2	.00000
86	14.0000	1	.
87	12.5000	2	3.53553
88	12.0000	1	.
89	12.0000	2	.00000
90	14.5000	2	3.53553
91	20.0000	1	.
92	12.5000	2	.70711
94	10.0000	1	.
95	15.0000	1	.
97	14.2500	4	2.87228
99	17.0000	2	1.41421
Total	13.4545	33	2.65861

2. Kecemasan x harapan

Report

kecemasan

harapan	Mean	N	Std. Deviation
21	10.0000	1	.
22	13.0000	1	.
24	16.0000	1	.
27	13.6667	3	3.05505
28	10.0000	1	.
30	12.6667	3	2.30940
31	11.7500	4	1.25831
32	14.1429	7	3.84831
33	13.2500	4	2.36291
34	14.0000	6	1.67332
35	16.5000	2	2.12132
Total	13.4545	33	2.65861

Hasil Uji Multikolinieritas

Variables Entered/Removed^b

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	HARAPAN, PKA ^a	.	Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: KK

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.275 ^a	.076	.014	2.640

a. Predictors: (Constant), HARAPAN, PKA

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	17.116	2	8.558	1.228	.307 ^a
	Residual	209.066	30	6.969		
	Total	226.182	32			

a. Predictors: (Constant), HARAPAN, PKA

b. Dependent Variable: KK

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	3.941	6.312		.624	.537		
	PKA	.047	.054	.155	.880	.386	.998	1.002
	HARAPAN	.176	.132	.234	1.334	.192	.998	1.002

a. Dependent Variable: KK

Collinearity Diagnostics^a

Model	Dimensi on	Eigenvalue	Condition Index	Variance Proportions		
				(Constant)	PKA	HARAPAN
1	1	2.985	1.000	.00	.00	.00
	2	.012	15.960	.00	.37	.59
	3	.004	29.165	1.00	.63	.41

a. Dependent Variable: KK

Hasil Uji Autokorelasional

Variables Entered/Removed^b

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	HARAPAN, PKA ^a		Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: KK

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.275 ^a	.076	.014	2.640	1.775

a. Predictors: (Constant), HARAPAN, PKA

b. Dependent Variable: KK

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	17.116	2	8.558	1.228	.307 ^a
	Residual	209.066	30	6.969		
	Total	226.182	32			

a. Predictors: (Constant), HARAPAN, PKA

b. Dependent Variable: KK

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	3.941	6.312		.624	.537
	PKA	.047	.054	.155	.880	.386
	HARAPAN	.176	.132	.234	1.334	.192

a. Dependent Variable: KK

Residuals Statistics^a

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	11.50	14.51	13.45	.731	33
Residual	-4.157	6.126	.000	2.556	33
Std. Predicted Value	-2.677	1.442	.000	1.000	33
Std. Residual	-1.575	2.321	.000	.968	33

a. Dependent Variable: KK

Hasil Uji Heteroskedastisitas

Variables Entered/Removed^b

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	HARAPAN (X2), PKA (X1) ^a		Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: Abs_Res

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.219 ^a	.048	-.016	1.37587

a. Predictors: (Constant), HARAPAN (X2), PKA (X1)

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	2.852	2	1.426	.753	.479 ^a
	Residual	56.791	30	1.893		
	Total	59.643	32			

a. Predictors: (Constant), HARAPAN (X2), PKA (X1)

b. Dependent Variable: Abs_Res

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	-.673	3.290		-.204	.839
	PKA (X1)	.034	.028	.218	1.222	.231
	HARAPAN (X2)	-.004	.069	-.011	-.064	.949

a. Dependent Variable: Abs_Res

LAMPIRAN 5 Uji Hipotesis

Hasil Uji Hipotesisi Analisis Regresi Berganda

Variables Entered/Removed^b

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	harapan, polakelekatan ^a		. Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: kecemasan

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.275 ^a	.076	.014	2.63986

a. Predictors: (Constant), harapan, polakelekatan

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	17.116	2	8.558	1.228	.307 ^a
	Residual	209.066	30	6.969		
	Total	226.182	32			

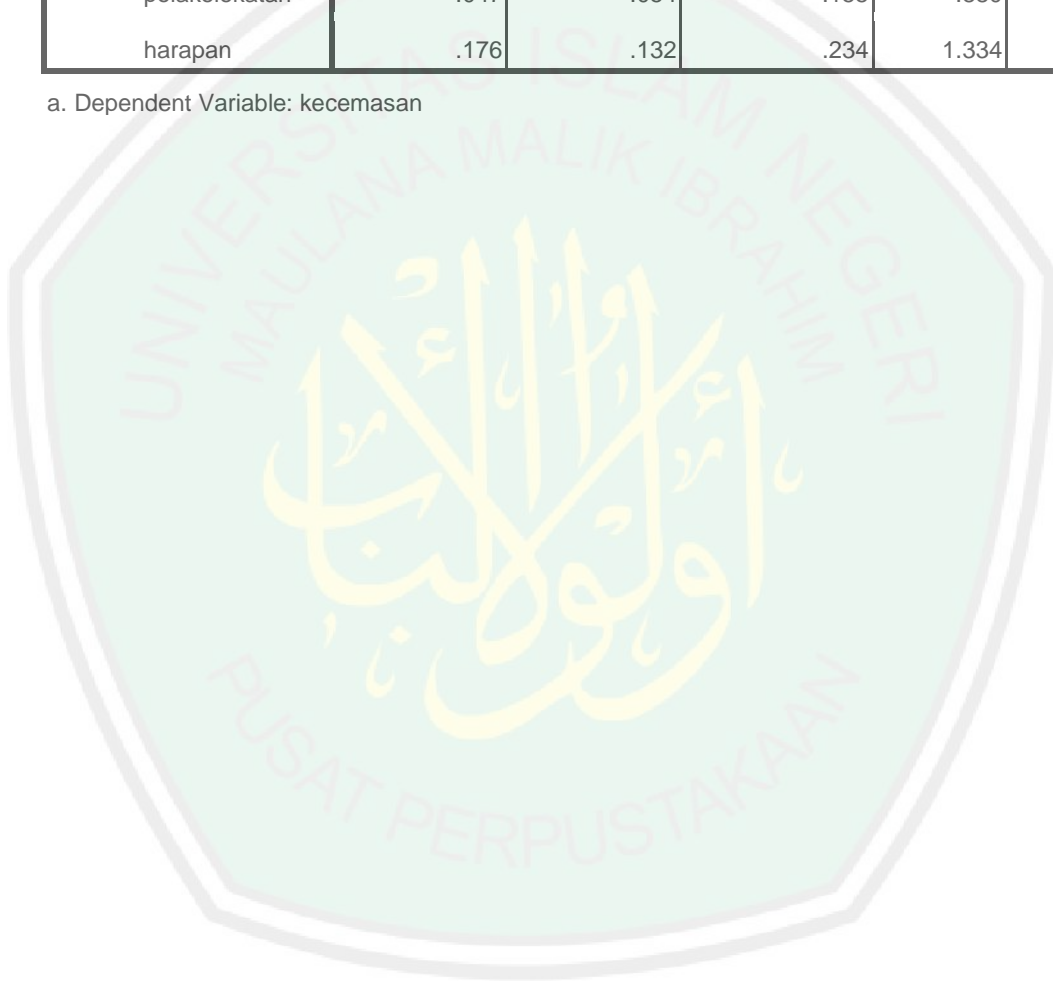
a. Predictors: (Constant), harapan, polakelekatan

b. Dependent Variable: kecemasan

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	3.941	6.312		.624	.537
	polakelekatan	.047	.054	.155	.880	.386
	harapan	.176	.132	.234	1.334	.192

a. Dependent Variable: kecemasan



LAMPIRAN 6 Skor Kecemasan Kompetitif

0	2	3	0	2	0	3	0	2	2	0	2	16	Rendah
0	1	2	0	1	0	2	0	1	2	0	1	10	Rendah
0	2	3	0	2	0	3	0	2	2	0	2	16	Rendah
0	2	3	0	2	0	2	0	3	3	0	2	17	Sedang
0	2	2	0	2	0	2	0	2	2	0	2	14	Rendah
0	1	2	0	1	0	2	0	2	1	0	1	10	Rendah
0	2	2	0	1	0	2	0	2	2	0	2	13	Rendah
0	2	3	0	2	0	3	0	3	3	0	2	18	Sedang
0	3	3	0	3	0	3	0	3	3	0	2	20	Sedang
0	2	2	0	2	0	2	0	2	1	0	1	12	Rendah
0	2	3	0	1	0	2	0	1	2	0	1	12	Rendah
0	1	2	0	2	0	1	0	1	2	0	1	10	Rendah
0	2	2	0	2	0	2	0	2	1	0	2	13	Rendah
0	3	2	0	3	0	3	0	3	2	0	2	18	Sedang
0	2	2	0	2	0	2	0	2	2	0	2	14	Rendah
0	1	2	0	1	0	1	0	2	1	0	2	10	Rendah
0	2	2	0	2	0	2	0	1	1	0	1	11	Rendah
0	1	2	0	1	0	1	0	2	2	0	1	10	Rendah
0	2	3	0	1	0	2	0	2	3	0	2	15	Rendah
0	2	2	0	2	0	3	0	1	2	0	2	14	Rendah
0	2	2	0	3	0	3	0	2	1	0	2	15	Rendah
0	1	2	0	2	0	1	0	2	2	0	2	12	Rendah
0	2	1	0	3	0	2	0	1	2	0	1	12	Rendah
0	2	2	0	3	0	3	0	2	3	0	1	16	Rendah

0	2	2	0	2	0	2	0	3	2	0	2	15	Rendah
0	2	1	0	1	0	2	0	3	2	0	1	12	Rendah
0	2	3	0	3	0	2	0	2	1	0	2	15	Rendah
0	1	2	0	2	0	2	0	2	2	0	2	13	Rendah
0	1	2	0	2	0	1	0	2	1	0	1	10	Rendah
0	2	3	0	2	0	2	0	1	2	0	1	13	Rendah
0	1	2	0	1	0	2	0	2	2	0	2	12	Rendah
0	2	2	0	1	0	3	0	2	3	0	2	15	Rendah
0	1	2	0	1	0	2	0	1	2	0	2	11	Rendah

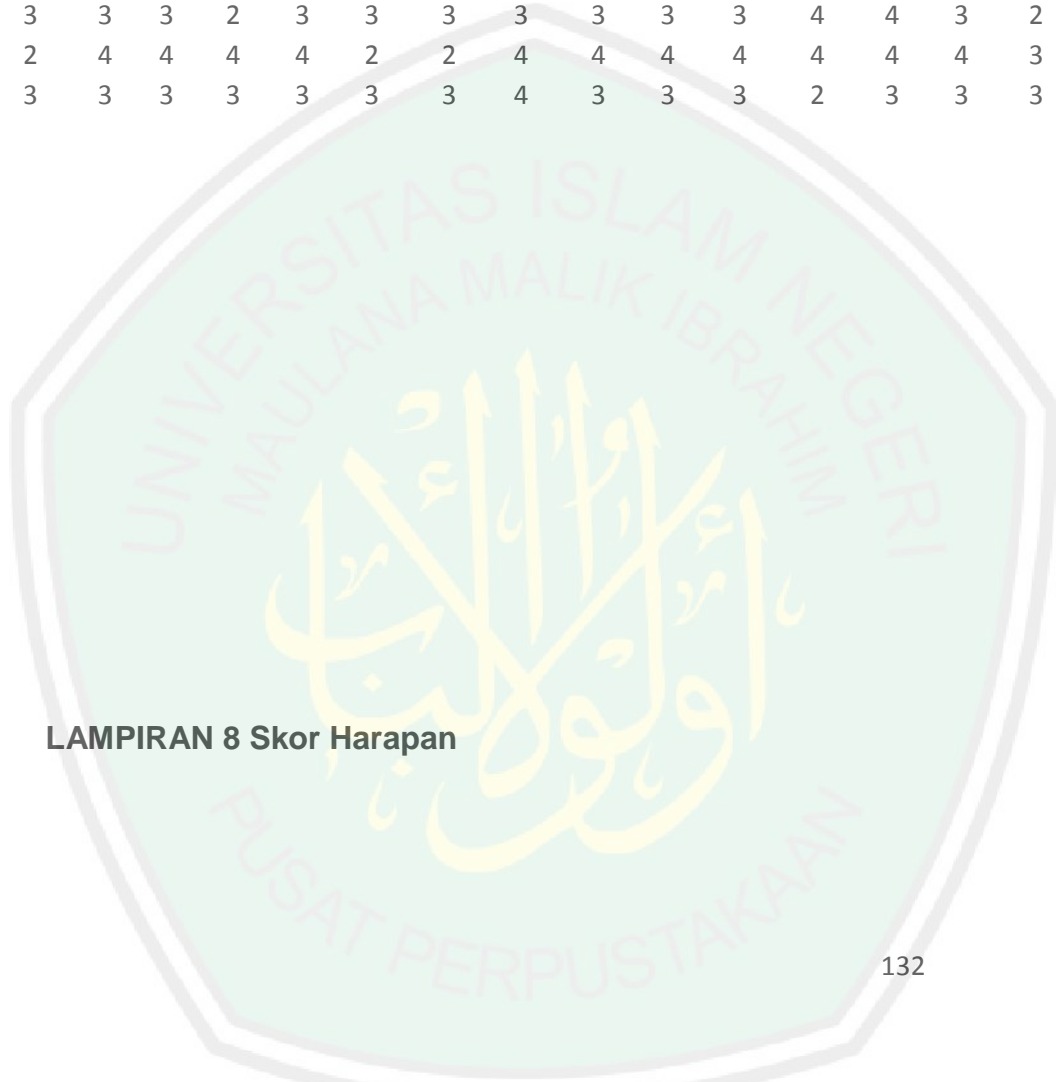


LAMPIRAN 7 Skor Pola Kelekatan Aman

4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	97	tinggi			
4	4	4	4	4	3	3	3	2	3	3	4	3	3	4	3	2	3	4	3	4	3	4	2	2	4	85	tinggi		
4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	99	tinggi		
3	3	3	4	3	2	3	4	4	3	4	2	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	90	tinggi		
4	3	2	4	3	4	3	2	3	4	4	4	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	82	tinggi		
4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	2	4	4	4	3	4	4	4	97	tinggi		
4	2	4	2	3	4	3	4	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	2	4	3	2	81	tinggi	
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	76	sedang	
3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	91	tinggi	
4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	89	tinggi	
4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	90	tinggi	
4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	85	tinggi	
3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	78	sedang	
4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	99	tinggi	
4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	86	tinggi	
3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	2	3	3	4	3	4	3	3	4	2	4	3	4	4	87	tinggi	
4	2	3	2	3	3	4	4	2	4	3	2	3	4	4	3	4	3	2	4	3	2	3	3	3	4	2	80	tinggi	
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	78	sedang	
4	4	4	4	2	3	4	4	4	3	2	3	3	3	2	4	3	3	3	4	4	4	2	3	4	4	4	87	tinggi	
3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	74	sedang	
3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	4	3	4	3	3	2	3	2	3	3	2	70	sedang	
3	2	4	3	4	4	2	3	4	4	3	4	2	4	4	4	4	3	4	3	4	3	2	4	4	4	2	4	88	tinggi
4	4	4	2	4	3	4	4	2	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	2	92	tinggi	
3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	97	tinggi	

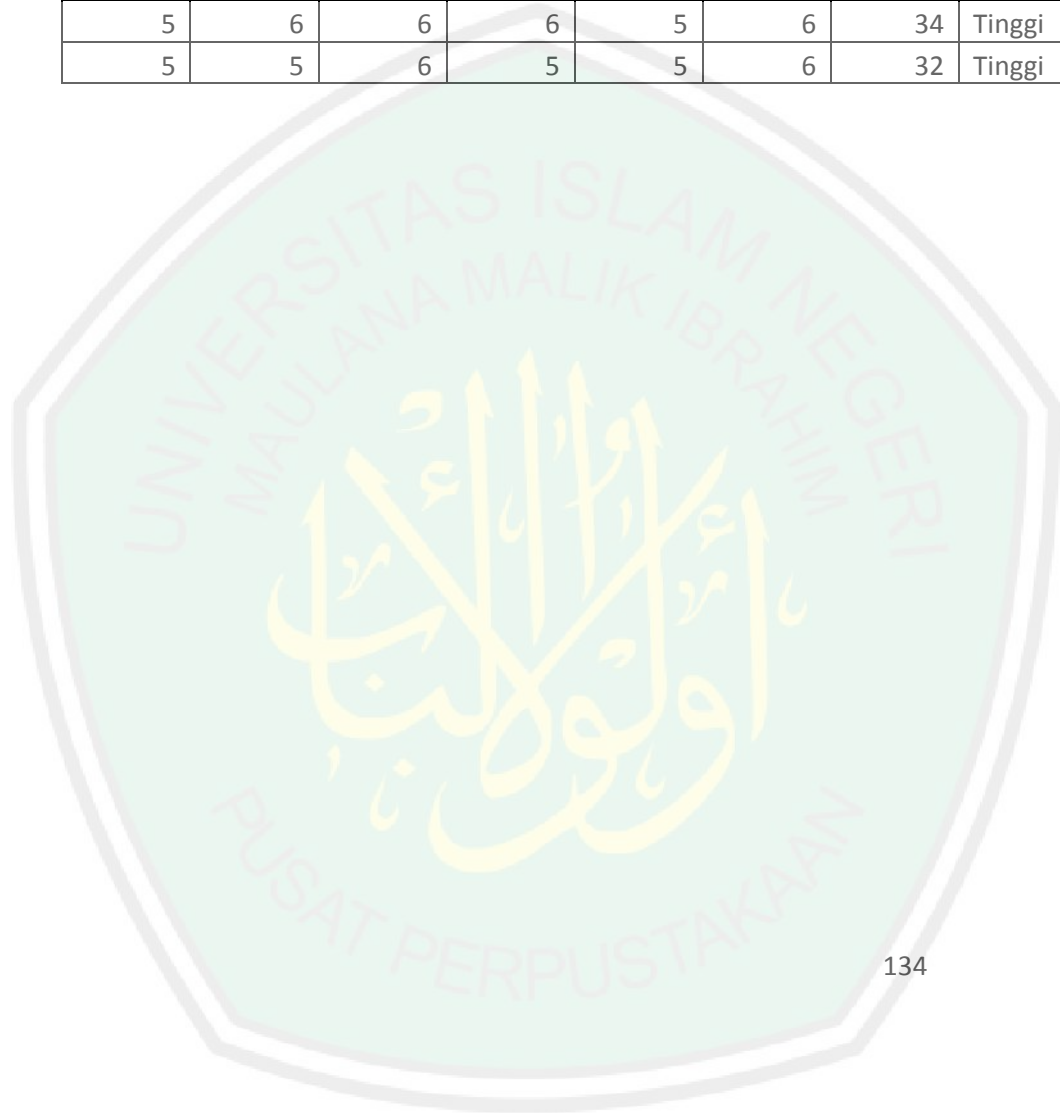
3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	67	sedang
4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	2	3	3	4	4	3	3	4	3	4	89	tinggi
4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4	3	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	97	tinggi
4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	3	92	tinggi
4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	94	tinggi
3	3	2	3	3	2	2	2	2	4	2	3	2	3	3	3	2	3	2	4	4	4	3	3	3	4	74	sedang
3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	77	sedang
4	4	2	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	95	tinggi
3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	81	tinggi

LAMPIRAN 8 Skor Harapan



6	5	5	6	6	6	34	Tinggi
5	5	6	6	6	5	33	Tinggi
5	6	5	6	5	5	32	Tinggi
4	4	5	5	5	4	27	Sedang
5	5	5	6	5	4	30	Tinggi
6	5	6	5	4	6	32	Tinggi
5	6	5	5	5	5	31	Tinggi
6	5	6	6	6	6	35	Tinggi
6	5	6	5	5	5	32	Tinggi
5	5	6	5	5	5	31	Tinggi
6	5	5	5	6	5	32	Tinggi
5	6	5	6	5	4	31	Tinggi
4	4	4	3	3	4	22	Sedang
6	5	6	5	5	5	32	Tinggi
5	5	6	5	5	4	30	Tinggi
3	4	4	3	3	4	21	Sedang
4	4	4	5	5	5	27	Sedang
6	5	5	5	5	4	30	Tinggi
6	5	5	6	6	5	33	Tinggi
6	5	6	6	6	5	34	Tinggi
5	6	6	6	5	6	34	Tinggi
5	6	4	6	5	6	32	Tinggi
5	6	6	6	6	5	34	Tinggi
4	4	4	4	4	4	24	Sedang
6	6	5	6	6	6	35	Tinggi

6	5	5	5	5	5	31	Tinggi
5	6	6	5	6	5	33	Tinggi
5	6	6	5	5	6	33	Tinggi
5	5	4	5	4	5	28	Sedang
5	5	4	4	5	4	27	Sedang
5	6	5	6	6	6	34	Tinggi
5	6	6	6	5	6	34	Tinggi
5	5	6	5	5	6	32	Tinggi



LAMPIRAN 9 Naskah Publikasi

**PENGARUH POLA KELEKATAN AMAN DAN HARAPAN
TERHADAP KECEMASAN KOMPETITIF PADA ATLET ANAK
SEPATU RODA
DI WHITE LION IN-LINE SKATE CLUB KOTA MALANG**

Yuliniar Maulidia Zahro¹

Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang,
Jl. Gajayana 50, Malang 65144, Telp. (0341) 551354, Faks. (0341) 572533
nizzahra.inaa@gmail.com

Abstrak

Adanya pengaruh *Pola Kelekatan Aman* dan *Harapan* terhadap *Kecemasan Kompetitif* pada atlet anak sepatu roda di White Lion In-Line Skate Club kota Malang merupakan tujuan dalam penelitian ini dengan bentuk metode kuantitatif dengan sejumlah sampel 33 orang anggota White Lion In-Line Skate Club kota Malang dengan kategori umur A (10 atlet), B (12 atlet), dan C (11 atlet). Pengukuran dalam penelitian ini menggunakan 3 skala, yakni skala *Sport Competitive Anxiety Test (SCAT)* yang terdiri 15 aitem dengan reliabilitas $\alpha = 0,660$ skala pola kelekatan aman yang terdiri dari 40 aitem dengan reliabilitas $\alpha = 0,891$ dan skala *Children Hope Scale (CHS)* yang terdiri dari 6 aitem dengan reliabilitas $\alpha = 0,856$. Analisis data dilakukan dengan uji SPSS *version 16,00* dengan menggunakan uji analisis regresi linier berganda. Hasil penelitian menunjukkan tidak ada pengaruh *Pola Kelekatan Aman* dan *Harapan* terhadap *Kecemasan Kompetitif* pada atlet anak sepatu roda di White Lion In-Line Skate Club Kota Malang (Sig = 0,307 : P > 0,05).

Kata Kunci : *Kecemasan Kompetitif, Pola Kelekatan Aman, Harapan, Kuantitatif*

Abstract

The Effect of Secure Attachment Style and the Hope towards Competitive Anxiety of Kids Athlete Roller Skate in White Lion In-Line Skate Club Malang is a goal in this study with quantitative method with a sample of 33 members of White Lion In-Line Skate Club, with age category A (10 athletes), category B (12 athletes), category C (11 athletes). The measurement of this research is using 3 scales, Sport Competitive Anxiety Test Scale (SCAT) consist of 15 items with reliability $\alpha = 0,660$ Secure Attachment Scale consist of 40 items with reliability $\alpha = 0,891$ and Children Hope Scale (CHS) consist of 6 items with reliability $\alpha = 0,856$. According to the research, the conclusion is there is no effect between secure attachment style and the hope of competitive anxiety (Sig = 0,0307 : P > 0,05).

Keywords : Competitive Anxiety, Secure Attachment Style, Hope, Quantitative

PENDAHULUAN

Olahraga adalah salah satu kegiatan positif yang banyak memberikan manfaat pada diri manusia. Olahraga adalah tempat yang ideal bagi anak dimana mereka bisa berpartisipasi secara intensif yang bermakna bagi mereka sendiri, teman sebaya, dan keluarga serta komunitas sejenis (Weinberg, 2003). Generasi muda saat ini juga mulai banyak menaruh minat pada dunia olahraga dengan tujuan mengisi waktu luang maupun untuk menjaga kesehatan.

Salah satu olahraga yang banyak di minati oleh generasi muda saat ini adalah olahraga sepatu roda jenis In-Line Skate. Pada akhir tahun 2017 hingga pertengahan tahun 2018 minat pada olahraga sepatu roda jenis ini melonjak drastis sehingga Persatuan Olahraga Sepatu Roda Seluruh Indonesia (Perserosi), serius dalam melakukan pembinaan atlet sepatu roda. Terutama pada bibit-bibit atlet sepatu roda di usia dini (Jawapos/06/07/2018).

Selain untuk menjaga kesehatan dan mengisi waktu luang, olahraga juga menjadi sarana untuk berprestasi. Salah satu cara agar individu berprestasi di dunia olahraga adalah dengan masuk kedalam klub agar kemampuannya dalam olahraga tersebut meningkat dan dilatih di bawah bimbingan profesional. Keuntungan lainnya Individu yang masuk kedalam klub berkesempatan untuk mengikuti kompetisi.

Setiap atlet pasti pernah mengalami kecemasan dalam berkompetisi. Kecemasan berkompetisi yang tinggi dapat mengganggu performansi atlet di lapangan baik secara fisik maupun psikis, terutama bagi atlet anak dari segi pengalaman masih kurang dibandingkan dengan atlet dewasa (Ahsan, Ruru, Kumar, 2014). PERSEROSI JATIM mengatakan bahwa atlet anak sering kali melakukan kesalahan di putaran terakhir disebabkan kemungkinan merasakan atmosfer pertandingan yang luar biasa sehingga merasa takut dan cemas jika gagal dalam pertandingan di tambah dengan beberapa penemuan hasil observasi dan wawancara, orang tua seringkali mengabaikan gejala kecemasan kompetitif atlet sedangkan atlet mengeluhkan mual, pusing, dan tidak percaya diri ketika menghadapi lawan yang terlihat lebih tangguh. Sebenarnya gejala kecemasan atlet anak dan atlet dewasa tidak berbeda, namun atlet dengan jam terbang lebih fasilitatif dalam menginterpretasikan gejala keemasannya (Eubank dkk dalam Mellalieu, Hanton & Niel, 2009). Karena itu, agar atlet anak tidak cemas salah satu yang dibutuhkan adalah kelekatan dengan orang tua.

Pola kelekatan mempengaruhi cara individu berperilaku, berfikir dan berinteraksi dengan lingkungan (Bowlby, 1969). Ketika pola kelekatan yang di rasa adalah pola kelekatan aman, artinya atlet menganggap bahwa figure lekatnya responsive dan sensitive terhadap kebutuhannya. Ia juga memandang bahwa dirinya di cintai dan lingkungan mencintai dirinya (Liliana dalam Ma'rifat & Budiani, 2012), sehingga di saat ia merasa cemas ia mampu melakukan strategi pencegahan adaptif serta berani bereksplorasi dengan sekitar karena ia percaya bahwa figure lekatnya selalu ada untuknya sebagai secure base (Answorth dalam Santrock, 2011).

Menjadi yang terbaik pada saat di lapangan tentunya menjadi tujuan dan keinginan semua atlet yang berkompetisi. Kelekatan dengan orang tua dapat memunculkan motivasi dan berlanjut menjadi sebuah harapan pada karir atlet di masa depan (Gagne, M., Ryan, R. M., & Bargmann, K., 2003). Harapan ini dibutuhkan dalam mencapai tujuan karena individu yang berharap akan cenderung menjadi sosok yang optimis dan memiliki keyakinan untuk mencapai tujuan. Harapan ini dibutuhkan pula dalam mengatasi kecemasan

kompetitif. Individu memiliki harapan tinggi memiliki tekad yang kuat untuk mengatasi kecemasan, tidak mudah menyerah, dan mampu menguasai gejala kecemasan fisik dan psikis sehingga dapat menikmati proses kompetisi (Snyder,1994).

Ketika kelekatan yang di rasakan adalah kelekatan yang tidak aman dapat mempengaruhi keyakinan akan kemampuan diri seseorang dan memandang kompetisi sebagai sesuatu yang mengancam. Ketika harapannya lemah dan mendapatkan kecemasan, maka akan sulit untuk menggerakkan *pathway* dan *agency thinking* sehingga tujuan sulit untuk tercapai.

METODE PENELITIAN

Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh pola kelekatan aman dan harapan terhadap kecemasan kompetitif pada atlet anak sepatu roda di White Lion In-Line Skate Club Kota Malang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif yang berfokus pada pengumpulan data numerik dan generalisasi di seluruh kelompok orang atau untuk menjelaskan fenomena tertentu (Babbie,2010). Analisis data dilakukan dengan uji SPSS *version 16,00* dengan menggunakan uji analisis regresi linier berganda dan melakukan kategorisasi untuk mengetahui tinggi, sedang, dan rendah variabel yang di miliki sampel pada penelitian.

Definisi Kecemasan kompetitif pada penelitian ini adalah perasaan seseorang merasakan kekhawatiran, was-was, dan pikiran negative akan performansi ketika akan, saat menghadapi, dan akhir kompetisi dan bagaimana ia menginterpretasikan kecemasan tersebut menjadi tenaga atau menjadi sebuah hambatan dalam penampilannya. Pada penelitian ini kecemasan kompetitif dilihat dari reaksi atlet anak terhadap kompetisi yang secara operasional di tandai dengan aspek kognitif (psikis) dan aspek somatic (fisik) baik sebelum, ketika, dan sedang berkompetisi yang mana aspek kognitif merupakan aspek yang berhubungan dengan perubahan kefokusian dan kondisi psikologis atlet. Sedangkan aspek somatic berhubungan dengan perubahan kondisi fisik atlet (Martens,1990).

Definisi pola kelekatan aman dalam penelitian ini sesuai dengan pendapat Bowlby (1969) yang merupakan hubungan antara individu dengan figure lekat nya yang bersifat spesifik dan berada dan tidak lekang oleh waktu dan berusaha untuk mempertahankan hubungan lekat tersebut serta individu memandang bahwa figure lekat nya responsif dan sensitive terhadap kebutuhannya. res Pada penelitian ini pola kelekatan dilihat dari pandangan atlet anak terhadap pola kelekatan dirinya dengan orang tua yang mana secara operasional di bagi menjadi aspek *self image* (gambaran diri), dan *other image* (gambaran terhadap orang lain).

Definisi harapan dalam penelitian ini sesuai dengan teori yang di kemukakan Snyder (1997) yakni harapan merupakan penantian individu terhadap

keinginannya dengan usaha-usaha untuk mencapai tujuan. Pada penelitian ini harapan dilihat dari pandangan atlet terhadap harapan karir di masa yang akan datang, yang mana secara operasional di bagi menjadi aspek *pathway thinking* dan *agency thinking*.

Peneliti memberikan kriteria guna untuk menentukan populasi dan sampel yang sesuai dengan penelitian yakni klub yang aktif dalam berkompetisi selama 3 bulan terakhir, dan klub memiliki atlet yang sudah resmi menjadi atlet kota. Berdasarkan kriteria tersebut, White Lion In-Line Skate Club di nilai sebagai klub sepatu roda yang cocok untuk menjadi populasi dalam penelitian ini.

Teknik sampel yang di gunakan adalah teknik sampel jenuh atau pengambilan populasi keseluruhan dikarenakan jumlah populasi tidak lebih dari 100. Jika populasi lebih dari 100 bisa di ambil 10%-15% atau 20%-25% dari populasi tersebut (Arikunto,2013). Jumlah populasi yang di butuhkan adalah sampel yang masih pada usia anak-anak yakni dalam sepatu roda masuk pada kategori A (kelahiran 2011) ,B (kelahiran 2010&2009),C (kelahiran 2008& 2007),dan D (kelahiran 2006-2004). Oleh karena itu jumlah sampel dalam penelitian ini berjumlah 33 orang anggota White Lion In-Line Skate Club kota Malang dengan kategori umur A (10 atlet), B (12 atlet), dan C (11 atlet).

Penelitian ini menggunakan tiga skala. Untuk mengukur kecemasan kompetitif, peneliti mengadaptasi skala *Sport Competitive Anxiety Test* (SCAT) milik Martens (1977) yang di dalamnya mengandung pertanyaan dengan dua aspek yakni aspek kecemasan kognitif dan aspek kecemasan somatic. SCAT ini di nyatakan valid dengan reliabilitas $\alpha = 0,660$. Untuk mengukur pola kelekatan aman, peneliti membuat skala yang mengacu pada aspek yang mengacu pada teori Bowlby dalam Shaffer (2009) yang di dalamnya mengandung pertanyaan dengan dua aspek yakni aspek *self image* dan aspek *other image*. Skala ini di nyatakan valid dengan reliabilitas $\alpha = 0,891$. Untuk mengukur harapan, peneliti mengadaptasi skala *Children Hope Scale* (CHS) milik Snyder (1997) yang di dalamnya mengandung pertanyaan dengan dua aspek yakni aspek *pathway thinking* dan aspek *agency thinking*. CHS ini di nyatakan valid dengan reliabilitas $\alpha = 0,856$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan frekuensi dan presentase tingkat pola kelekatan aman termasuk dalam kategori “Tinggi”. Berdasarkan hasil penelitian dari 33 responden menunjukkan 25 atlet anak (76%) memiliki pola kelekatan aman yang tinggi dan 8 atlet anak (24%) memiliki pola kelekatan aman yang sedang. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa pola kelekatan aman pada atlet anak di White Lion In-Line Skate Club Kota Malang cenderung tinggi. Hal itu menunjukkan bahwa atlet anak memiliki pandangan umum (*internal working model*) bahwa orang terdekatnya memberikan bantuan dan dukungan ketika di butuhkan.

Hasil penelitian menunjukkan frekuensi dan presentase tingkat harapan termasuk dalam kategori “Tinggi”. Berdasarkan hasil penelitian dari 33 responden menunjukkan 26 atlet anak (79%) memiliki harapan yang tinggi dan 7 atlet anak (21%) memiliki harapan yang sedang. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa harapan pada atlet anak di White Lion In-Line Skate Club Kota Malang cenderung tinggi. Hal itu menunjukkan bahwa sebagian besar atlet anak memiliki karakteristik seseorang yang optimistis, memiliki kontrol, kemampuan dalam pemecahan masalah dan daya saing, serta afeksi positif.

Hasil penelitian menunjukkan frekuensi dan presentase tingkat kecemasan kompetitif termasuk dalam kategori “Rendah”. Berdasarkan hasil penelitian dari 33 responden menunjukkan 29 atlet anak (88%) memiliki kecemasan kompetitif yang rendah dan 4 atlet anak (12%) memiliki kecemasan kompetitif yang sedang. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa kecemasan kompetitif pada atlet anak di White Lion In-Line Skate Club Kota Malang cenderung rendah. Hal tersebut menunjukkan bahwa atlet anak merasakan kecemasan kompetitif dalam frekuensi rendah yang mana atlet anak bisa mengatasi gejala kognitif dan somatis.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi linier berganda (*multiple linier regression*) untuk mencari regresi antara variabel bebas dengan variabel terikat, menguji tingkat signifikansi dari hasil regresi, dan menemukan sumbangan relatif antar variabel bebas, apabila prediktornya lebih dari satu (Idrus, 2009). Hasil dari perhitungan diperoleh dengan menggunakan program SPSS versi 16.0 yang akan diinterpretasikan apabila nilai Sig (p) < 0,05, maka terdapat regresi antar variabelnya. Berikut merupakan tabel hasil analisis regresi.

Tabel Hasil Perhitungan ANOVA

Model		Sum of Square	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	17,116	2	8,558	1,228	0,307 ^b
	Residual	209.066	30	6,969		
	Total	226,182	32			

Berdasarkan dari hasil tabel ANOVA tersebut, ditemukan bahwa nilai Sig sebesar $0,307 > 0,05$ yang dapat diartikan bahwa tidak ada pengaruh yang signifikan antara kedua variabel. Untuk itu, dapat diartikan bahwa pola kelekatan aman dan harapan tidak memiliki pengaruh terhadap kecemasan kompetitif atlet anak.

Tabel Hasil Model Summary Pola Kelekatan Aman dan Harapan

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. error of the Estimate
1	0,275 ^a	0,076	0,014	2,63986

Berdasarkan dari hasil tabel Model Summary, di ketahui nilai koefisien determinasi (*R square*) yang di dapat sebesar 0,076 yang menunjukkan pola kelekatan aman dan harapan memberikan sumbangan sebesar 7,6% terhadap variabel kecemasan kompetitif, dan sisanya 92,4% di pengaruhi faktor-faktor lain selain pola kelekatan aman dan harapan.

Tabel Nilai Standar Koefisiensi

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
		1	(Constant)	3,941		
	Pola Kelekatan Aman	0,047	0,054	0,155	0,880	0,386
	Harapan	0,176	0,132	0,234	1,334	0,192

Tabel di atas menunjukkan nilai *Standardized Coefficient* dari pengaruh pola kelekatan aman dan harapan terhadap kecemasan kompetitif yang mana di ketahui tingkat koefisiensi beta antara pola kelekatan aman bernilai 0,155 ($P > 0,05$), dan tingkat koefisiensi beta harapan bernilai 0,234 ($P > 0,05$). Artinya baik secara parsial (terpisah), baik harapan atau pola kelekatan aman tidak berpengaruh terhadap kecemasan kompetitif, meskipun jika melihat dari hasil tabel 4.10 hanya 7,6% pengaruh secara keseluruhan dari kedua variabel yang terikat jumlah tersebut sangatlah kecil pengaruhnya.

Akan tetapi dari kedua nilai tersebut, diketahui bahwa nilai beta dari harapan lebih tinggi dari pada nilai pola kelekatan aman. Hal ini menunjukkan bahwa harapan memiliki pengaruh pada kecemasan kompetitif lebih besar dari pada pengaruh pola kelekatan aman terhadap kecemasan kompetitif.

Untuk lebih memastikan variabel mana yang dominan berpengaruh pada kecemasan kompetitif, maka peneliti melakukan perhitungan Sumbangan Efektif (SE). Sumbangan Efektif (SE) adalah ukuran sumbangan suatu variabel independen terhadap variabel dependen dalam analisis regresi. Penjumlahan dari sumbangan efektif untuk semua variabel independen adalah sama dengan

jumlah nilai yang ada pada koefisien determinasi (*R square*). Dapat di rumuskan :

$$\begin{aligned} SE(x1) &= \text{Beta}(x1) \times r_{xy} \times 100\% \\ &= 0,155 \times 0,144 \times 100\% \\ &= 2,2\% \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} SE(x2) &= \text{Beta}(x1) \times r_{xy} \times 100\% \\ &= 0,234 \times 0,228 \times 100\% \\ &= 5,3\% \end{aligned}$$

Berdasarkan hasil dari perhitungan SE, maka di ketahui SE variabel x2 (harapan) bernilai lebih besar daripada hasil SE variabel x1 (pola kelekatan aman) sehingga dapat di simpulkan bahwa variabel harapan benar memiliki pengaruh yang lebih dominan sebesar 5,3% di dibandingkan dengan pola kelekatan aman sebesar 2,2%.

Hasil uji analisis regresi linier berganda yang digunakan untuk menguji hipotesis, di ketahui bahwa hipotesis di tolak, yang mana artinya tidak terdapat pengaruh pola kelekatan aman dan harapan terhadap kecemasan kompetitif pada atlet anak di White Lion In-Line Skate Club kota Malang.

Ketidakadaan pengaruh pada pola kelekataan aman dan harapan terhadap kecemasan kompetitif masih bisa di jelaskan secara teoritis berdasarkan penelitian terdahulu. Pola kelekatan aman bisa tidak berpengaruh, dikarenakan atlet muda bisa memilih mana yang menjadi cara untuk mengatasi kecemasan kompetitif tanpa menggantungkan peranan orang tua. Selaras dengan perilaku kelekatan aman anak usia 6 sampai 12 tahun dimana anak sudah mulai tidak menggantungkan diri pada kedua orangtua dan belajar dari lingkungan. Di tambah latihan yang di laksanakan berminggu-minggu secara periodik sehingga dapat melemahkan gejala kecemasan kompetitif secara mandiri (Ponseti dkk,2016).

Berdasarkan pendapat yang di kemukakan Dellas,dkk (2017) harapan juga bisa tidak berpengaruh terhadap kecemasan kompetitif maupun performansi meskipun pada penelitiannya, harapan memiliki pengaruh pada merasakan kemampuan di kelas olahraga. Hal itu di sebabkan kemampuan atletik alami seseorang lebih utama dalam dunia olahraga di dibandingkan dengan harapan. Harapan memberikan sumbangsih dalam psikologis dan strategi namun ketika tidak di wujudkan dengan kemampuan atletik yang seimbang maka tidak ada artinya dalam olahraga.

Harapan memiliki pengaruh yang lebih besar (5,3 %) di bandingkan pola kelekatan aman karena secara teoritis, harapan memiliki kontrol dan kekuatan dalam mencapai tujuan di sebabkan dia konsisten dalam menciptakan rute pencapaian sehingga tidak menyerah dalam berbagai kondisi dan situasi sehingga memungkinkan untuk mengembangkan kekuatan secara personal, memobilisasi kemampuan, dan pencapaian dalam menghadapi kesulitan (Gustafsson dkk, 2010).

Meskipun tidak berpengaruh dalam hasil, pola kelekatan aman dan harapan masih memberi sumbangsih pengaruh pada kecemasan. Diantaranya penelitian Dizdari (2013) meneliti pengaruh kelekatan, kecemasan kompetitif, dan kepercayaan diri terhadap performasi atlet renang non professional dan sub professional pada atlet muda menemukan bahwa kelekatan aman saling berpengaruh dan memberi manfaat pada variabel lainnya yang mana ketika pola yang di rasakan oleh atlet adalah kelekatan tidak aman maka dapat berpengaruh pada performansi dan menimbulkan kecemasan kompetisi.

Weinberg dan Gould (2011) menambahkan pada level kecemasan berkaitan dengan proses mediasi pola kelekatan, dimana pola kelekatan aman menjadi bagian dalam kecemasan. Penelitian Woodman dkk (2009) mengenai emosi dan performasi olahraga (explorasi harapan, kebahagiaan, dan kemarahan juga menemukan bahwa harapan memberikan pengaruh yang lebih besar di bandingkan emosi yang lain dalam performansi terutama pada kecemasan kompetitif.

Data yang telah di kumpulkan tidak dapat menunjukkan adanya pengaruh pola kelekatan aman dan harapan terhadap kecemasan kompetitif pada atlet anak di White Lion In-Line Skate Club kota Malang disebabkan hasil menunjukkan ketidak signifikannya data tersebut. Tidak adanya pengaruh tersebut menunjukkan bahwa sampel dalam penelitian ini tidak mampu membuktikan pengaruhi tersebut, bukan di karenakan memang tidak ada pengaruh antara pola kelekatan aman dan harapan terhadap kecemasan kompetitif.

Tidak adanya pengaruh pola kelekatan aman dan harapan terhadap kecemasan kompetitif pada atlet anak di White Lion In-Line Skate Club kota Malang menunjukkan bahwa penelitian ini memiliki banyak kekurangan, di antaranya penyebaran skala yang di lakukan satu jam setelah latihan dengan jumlah aitem skala yang cukup banyak dapat menyebabkan atlet merasa lelah terutama pada sampel penelitian ini ada atlet anak.

Jumlah minimum atlet yang di gunakan sebagai sampel juga mempengaruhi mengingat klub White Lion In-Line Skate di nilai peneliti merupakan klub yang cocok dengan penelitian ini dibandingkan dengan klub kota Malang lain yang muncul tenggelam dalam dunia kompetisi sepatu roda sehingga di nilai kurang representative. Namun jumlah dalam satu klub memang biasanya tidak memiliki banyak atlet aktif. Momentum pemberian skala atau *treatment* dalam eksperimen serta signifikansi validitas skala yang di gunakan juga perlu di perhatikan untuk menghasilkan data yang baik. Meskipun ada di antaranya beberapa penelitian yang memiliki signifikansi validitas skala yang baik tetapi momentum pelaksanaan penelitian yang tidak tepat sehingga mempengaruhi hasil hipotesis. Momentum pengambilan data bersifat penting untuk mengetahui kondisi sampel dan penggunaan *treatment* dalam penelitian perlu di perjelas sehingga dapat menggambarkan variabel dengan baik serta sesuai dengan apa yang di teliti, juga jika sampel yang di gunakan adalah sampel yang tergolong skala kecil lebih di anjurkan untuk menggunakan non parametrik dalam olah data hipotesisnya.

Selain itu memungkinkan adanya variabel selain pola kelelahan aman dan harapan yang lebih mempengaruhi kecemasan kompetitif, seperti *mental toughness* (ketangguhan mental), *self confident* (kepercayaan diri), dan *social support* (dukungan sosial). *Mental toughness* atau ketangguhan mental merupakan kemampuan bersikap positif ketika menghadapi suatu tekanan khususnya pertandingan. Ketangguhan mental dibutuhkan oleh atlet untuk menjaga pikirannya agar tetap positif sehingga dapat memfasilitasi kecemasan dalam bertanding (Gucciardi dkk, 2008). Ketangguhan mental dapat menjadikan atlet lebih rileks karena mengalirkan energy positif seperti dalam berpresepsi atau menghiraukan masalah, tekanan, kesalahan dalam suatu pertandingan.

Kepercayaan diri menjadi modal utama seseorang dalam menghadapi kompetisi. Karena konsentrasi dan kepercayaan diri memungkinkan atlet mengeliminasi hal-hal yang tidak relevan dan dapat menguasai situasi permainan termasuk lawan mainnya dengan baik (Cox, 2011). Dukungan sosial menjadi salah satu faktor yang dapat mengubah pengalaman stress dan cemas.

Dukungan sosial menurut Rook adalah salah satu fungsi pertalian sosial yang menggambarkan tingkat dan kualitas hubungan interpersonal yang akan melindungi individu dari konsekuensi stress. (Smet, 1994). Dalam fungsi *coping stress* kecemasan kompetitif, dukungan sosial di perlukan. Di antara

beberapa variabel tersebut di yakini masih banyak yang dapat mempengaruhi kecemasan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Tingkat pola kelekatan aman termasuk dalam kategori “Tinggi”. Berdasarkan hasil penelitian dari 33 responden menunjukkan 25 atlet anak (76%) memiliki pola kelekatan aman yang tinggi dan 8 atlet anak (24%) memiliki pola kelekatan aman yang sedang. Tingkat harapan termasuk dalam kategori “Tinggi”. Berdasarkan hasil penelitian dari 33 responden menunjukkan 26 atlet anak (79%) memiliki harapan yang tinggi dan 7 atlet anak (21%) memiliki harapan yang sedang. Tingkat kecemasan kompetitif termasuk dalam kategori “Rendah”. Berdasarkan hasil penelitian dari 33 responden menunjukkan 29 atlet anak (88%) memiliki kecemasan kompetitif yang rendah dan 4 atlet anak (12%) memiliki kecemasan kompetitif yang sedang.

Hasil penelitian menunjukkan tidak adanya pengaruh pola kelekatan aman dan harapan terhadap kecemasan kompetitif di White Lion In-Line Skate Club Kota Malang.

Penelitian ini diharapkan dapat menambah hasanah keilmuan Psikologi khususnya pada Psikologi Olahraga yang mana masih kurang dalam referensi terutama mengenai Kecemasan Kompetitif pada atlet. Adanya penelitian ini diharapkan pada seluruh masyarakat yang berkecimpung dalam dunia olahraga terutama pada akademisi atlet memperhatikan Kecemasan Kompetitif yang dapat mengganggu performansi atlet, karena untuk mendapatkan hasil yang optimal atlet tidak hanya dibimbing secara fisik namun membutuhkan psikis yang sehat.

Pada penelitian selanjutnya diharapkan mampu memperluas kajian yang berkaitan dengan kecemasan kompetitif, seperti variabel variabel mana saja yang mungkin lebih berpengaruh pada kecemasan tersebut seperti *Mental Toughness* (Ketangguhan Mental), *Self Confident* (Kepercayaan Diri), dan *Social Support* (Dukungan Sosial).

Peneliti Psikologi Olahraga terutama peneliti selanjutnya juga perlu memahami momentum pengambilan data untuk mengetahui kondisi sampel dan penggunaan *treatment* dalam penelitian dan perlu di perjelas sehingga dapat menggambarkan variabel dengan baik serta sesuai dengan apa yang di teliti. Jika sampel yang di gunakan adalah sampel yang tergolong skala kecil lebih di anjurkan untuk menggunakan non parametrik dalam olah data hipotesisnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahsan.M, Ruru.K.T& Kumar.A. (2014). A Study of Competitive Anxiety in Young Soccer Players. *IOSR Journal of Sports and Physical Education (IOSR-JSPE)*, 30-31.
- Aji,P.& Uyun,Z. (2010). Kelekatan (Attachment) Pada Remaja Kembar. *Indigenous, Jurnal Berkala Psikologi*, vol.12 37-46.
- Alex Lindley dan Stephen Joseph. (2004). *Positive Psychology In Practice*. United State Of America: Wiley.
- Amir, N. (2004). Pengembangan Instrumen Kecemasan Olahraga. *Anima*, Vol.20 No.1 55-69.
- Amir.N & Hajidin. (2014). Pengembangan Alat Ukur Kecemasan Olahraga. *Jurnal Sport Pedagogy*, Vol 4 No.02.
- Anshel, M. H. (1997). *Sport Psychology: From Theory to Practice (3rd edition)*. Scottsdale: Gorusuch Scarisbrick.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*. Jakarta: PT.Rineka Cipta.
- Armsden,G.C,& Greenberg,M.T. (1987). The Inventory of Parent and Peer Attachment: Individual Differences and Their Relationship to Psychological Wellbeing in Adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, Vol.16, No.5.
- Azwar, S. (2007). *metode penelitian*. Yogyakarta: Pustaka pelajar.
- Bastaman, H. D. (2005). *Integrasi Psikologi dengan Islam : Menuju Psikologi Islam*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bee, H. (2000). *The Developing Child*. Massachussets: Ally Bacon.
- Belsky, J. (1988). *Infancy, Childhood and Adollescene : Clinical Implication of Attachment*. Lawrence Erlbaum Associate.
- Belsky, J.; Fearon, R.M.P. (2002). Infant-mother attachment security, contextual risk, and early development. *Dev. Psychopathol*, 14, 293–310.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss*. New York: Basic Book.
- Burton, J. (1990). *Conflict: Resolution and Prevention*. London: MacMillan Press.
- Carr, A. (2004). *Positive Psychology :The Science of Happiness and Human Strengths*. Hove& New York: Routledge Taylor & Francis Group.
- Carr, S. (2012). Attachment in Sport, Exercise, and Wellness. *Routledge: London: UK*, ISBN-10: 0415578582.
- Chaplin, J. P. (2006). *Kamus Lengkap Psikologi (Terjemahan Kartini Kartono)*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Cox, R. (2011). *Sport Psychology*. New York: Yje McGraw-Hill Company Inc.

- Dizdari, H. (2013). Attachment, Competitive Anxiety, and Self Confidence among Competitive Swimmers. *Lund University*.
- Durkin, K. (1995). *Developmental Social Psychology*. Massachussets: Blackwell Publisher.
- Ervika, E. (2005). Kelekatan Pada Ana. *Jurnal e-USU Repository 2005 Universitas Sumatra Utara*.
- Eubank M.R, S. N. (1995). Intensity and direction of Multidimensional competitive state anxiety:Relationhips to performance in racket sports. *Journal Sports and Excercise*, 30-35.
- Feldman, D & Sills, J. (2013). Hope and cardiovascular health-promoting behaviour: Education alone is not enough. *Psychology & Health*, 28 (0), 727-745.
- Flanagan, G. (2003). *The Fisth Nine Months of Life (Sembilan Bulan Pertama dalam hidupku)*. Jakarta: Yayasan Cipta Loka Caraka.
- Gagne, M., Ryan, R. M., & Bargmann, K. (2003). Autonomy and need satisfaction in the motivation and well-being of gymnastic. *Journal of Applied Sport Psychology*, 15, 372-390\.
- Gould, W. d. (1995). *Foundations of Sport and Exercise Psychology*. Champaign Illinois: HUman Kinetics.
- Gould,D. Horn,T. & Spreeman,J. (1983). Sources of stress in junior elites westlers. *Journal of Sport Psychology*, 5,159-171.
- Grossbard, J. R., Smith, R. E., Smoll, F. L., & Cumming, S. P. . (2009). Competitive anxiety in young athletes: Differentiating somatic anxiety, worry and concentration disruption. *Anxiety, Stress and Coping*, 22(2), 153-166.
- Gucciardi, D.F., Gordon, S., & Dimmock,J.A. (2008). Towards an Understanding Mental Toughness in Australian Football. *Journal of Applied Sport Psychology*, 261-281.
- Gunarsa, S. (1996). *Dasar dan Teori Perkembangan ANak*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Gunarsa, S. D. (1989). *Psikologi Olahraga*. Jakarta: PT.BPK Gunung Mulia.
- Gunarsa, S.D., Monty P.S. & Myrna H.R.S. . (1996). *Psikologi Olahraga: Teori dan Praktik*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Gustafsson,H.,Podlog,L.W,& Hassmen,P. (2010). Exploring The Relationship Between Hope and Burnout in Competitive Sport. *Journal of Sports Sciences*, pp 1-10.
- Hawari, D. (2011). *Manajemen Stres Cemas dan Depresi* . Jakarta : FKUI.
- Hawwa, S. (2001). *Tazkiyatun Nafs Intisari Ihya Ulumuddin*. Jakarta: Pena Pundi.
- Husdarta. (2010). *Psikologi olahrga*. Bandung: Alfabeta.

- Ijzendoorn, M.H., & Kroonenberg, P.M. (1988). Cross-Cultural Patterns of Attachment: A Meta-Analysis of the Strange Situation. *Child Development*, Vol.59 No.01 pp 147-156.
- Iriani, L.P., Syafiq, M. (2017). Gambaran Hope Pada Seorang Penyandang Tunarungu Wicara Yang Berprestasi. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, Vol.7 No.3.
- Johnson & Medinus, G. (1974). *Child Psychology Behavior and Developmental*. New York: John Wiley and Sons.
- Kaplan H.I, S. B. (1997.). *Sinopsis Psikiatri jilid 1 Tejemahan Widjaja Kusuma* . Jakarta : Binarupa Aksara.
- Larasati, N.I., Desiningrum, D.R. (2017). Hubungan Antara Kelekatan Aman dengan Ibu dan Regulasi Emosi Siswa Kelas X SMA Negeri 3 Salatiga. *Jurnal Empati*, Vol.7 pp 127-133.
- Lazarus, Richard S. (1991). *Progress on a cognitive motivational relational theory of Emoticon*. United State of America: American Psychologist.
- Lazarus, R.S., & Folkman, S. (1980). An Analysis of Coping in a Middle-Aged Community Sample. *Journal of Health and Social Behaviour* , Vol.21 pp 219-239.
- Lisinskien, A., Guetterman, T., & Sukys, S. (2018). Understanding Adolescent-Parent Interpersonal Relationship in Youth Sports: A Mixed-Methods Study. *Journal Sports*, Vol.6 pp 41.
- Ma'rifat, N.L., & Budiani, M.S. (2012). Hubungan Antara Attachment Style dan Self Esteem dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja. *Jurnal Psikologi: Teori dan Terapan*, Vol.3 No.1 pp17-27.
- Martens, R., Vealey, R.S., Burton, D. (1990). *Competitive Anxiety in Sports*. United Kingdom: Human Kinetics.
- Mc. Cartney, K. &. (2002). *Child Development*. USA: Mc.Millan References.
- McNally, I. M. (2002). Contrasting Concepts of Competitive State-Anxiety in Sport: Multidimensional Anxiety and Catastrophe Theories. *Athletic Insight*, Vol 4 Issue 2.
- Mellalieu, R.D., Hanton, S., Fletcher, D. (2009). *A Competitive Anxiety Review : Recent direction in Sport Psychology Research*. New York: Nova Science Publisher.
- Mellalieu, S.D, Hanton. S, Fletcher, & Neil.R. (n.d.). Psychological Skill Usage and the Competitive Anxiety Response as a Function of Skill Level in Rugby Union. *PMC*, 2009.
- Monk & Knoers. (2006). *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagianya*. Yogyakarta: Gadjah University Press.

- Morris, L. D. (1981). Interactive Effects of Generalised and Situational Expectancies on Cognitive and Emotional Components of Anxiety. *Journal of Educational Psychology*, 75,541-555.
- Mualifah. (2009). *Psycho islamic smart parenting*. Jogjakarta: DIVA press.
- P.Schwenkmezger, D. H. (1989). Measuring Anxiety in Sport. *Anxiety Sport: An International Perspective . Hemisphere*, 55-74.
- Papalia, D. E., Old s, S. W., & Feldman, R. D. . (2009). *Human Development (Perkembangan Manusia)*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Permatasari, D. (2017). Hubungan Dukungan Orangtua dan Harga Diri dengan Harapan sebagai Variabel Mediator. *Psikodimensia*, Vol.16 pp.20-30.
- Ponseti,F. Javier, Sese, Albert., Garcia-Mas,Alexandre. (2016). The Impact Of Competitive Anxiety And Parental Influence On The Performance of Young Swimmer. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, vol.11 no.02 pp 229-237.
- R.Martens, D. R. (1990). *The Development of The Competitive State Anxiety Inventory-2(CSAI-2)*. Champaign IL: Human Kinetics.
- Radochonski.M, Cynarski. W.J, Perenc.L, & Maslanka.L.S. (2011). Competitive Anxiety and Coping Strategies in Young Martial Arts and Track and Field Athletes. *Journal of Human Kinetics* , vol 27 pp 181-190.
- Reeves, C.; Nicolls, A.; McKenna, J. (2009). Stressors and coping strategies among early and middle adolescent Premiere League academy soccer players: Differences according to age. *J. Appl. Sport Psychology*, 21, 31–48.
- Rini., J. F. (2002). Psikologi Masalah Stress. *Jurnal Repistory Sumatera Utara*.
- Rohmansyah, N. A. (2017). Kecemasan dalam Olahraga. *Jurnal Ilmiah PENJAS*, Vol.3 No.01.
- Rusydi, A. (2015). *Kecemasan dan Psikoterapi Spiritual Islam*. Yogyakarta: Istana Publishing.
- Santrock, J. W. (2011). *Perkembangan Anak Edisi 7 Jilid 2 (Terjemahan Sarah Genis B)*. Jakarta: Erlangga.
- Satiadarma, M. (2000). *Dasar-dasar Psikologi Olahraga*. Jakarta: Sinar Harapan.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. . (1985). Optimism, coping, and health: assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health psychology*, 4(3), 219.
- Schneider, S. L. (2001). In search of realistic optimism: Meaning, knowledge, and warm fuzziness. *American Psychologist*, 56(3), 250.

- Seligman, M. (1998). What is the good life. *APA monitor*, 29(10), 2.
- Shaffer, D. (2010). *Developmental Psychology : Childhood and Adolescence*. Belmont USA: WADSWORTH :cegage learning.
- Sidabutar, F. M. (2008). *Harapan Serta Konsep Tuhan Pada Anak Usia Sekolah Yang Menderita Kanker*. Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Smet, B. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana.
- Snyder, C. (1994). *The Psychology of Hope : You can get there from here*. New York: The Free Press.
- Snyder, C. R. (2000). *Handbook of hope: Theory, measures, and applications*. San Diego, CA, US: Academic Press.
- Snyder, C. R., Harris, C., Anderson, J. R., Holleran, S. A., Irving, L. M., Sigmon, S. T., & Harney, P. (1991). The will and the ways: development and validation of an individual-differences measure of hope. *Journal of personality and social psychology*, 60(4), 570.
- Soetjningsih. (2013). *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: EGC.
- Sudarmanto, R. G. (2005). *Analisis Regresi Linier Ganda dengan SPSS*. Yogyakarta: Penerbit Graha Ilmu.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV Alfabeta.
- Suliswati. (2005). *Konsep Dasar Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Jakarta: EGC.
- Snyder, C. (2002). Hope Theory : Rainbows in The Mind. *Psychological Inquiry*, 249-275.
- Tim Woodman, Paul A.Davis, Lew Hardy, Nichola Callow, Ian Glasscock, & Jason Yuill-Proctor. (2009). Emotions and Sport Performance : An Exploration of Happiness, Hope, and Anger. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 169-188.
- Wallatey, R. (2001). *Self Efficacy in helath related behaviour change*. <http://trochim.human.cornel.edu/gallery/walkey/self-eff.htm>.
- Weinberg, R. S. (2003). *Foundations of sports and Exercise Psychology 3 Edition*. United State of America: Human Kinetics.
- Wolfenden, L., & Holt, N. (2005). Talent development in elite junior tennis: Perceptions of players, parents, and coaches. *J. Appl. Sports Psychology*, 17, 108–126.
- Yessy. (2003). Hubungan Pola Kelekatan dengan Kemampuan Menjalin Relasi Pertemanan pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, Vol. 12, no. 2, 1-12.

Youssef, C & Luthans, F. (2007). Positive Organizational Behavior in the Workplace: The Impact of Hope, Optimism, and Resilience. *Journal of Management*, 33 (5), 774-800.

Weinberg, R.S, & Gould, D . (1995). *Foundations of sport and exercise psychology*. Chicago: Champaign, IL, Human Kinetics.



