

Pengaruh Psikologis pada Atlet Sepakbola Wanita Profesional dan Amatir

Maya Susmita¹, Agus Kristiyanto², Sri Santoso Sabarini³

123Masters in Sports Science Program, University of Sebelas Maret, Surakarta, Indonesia

123Department of Sports Science, Postgraduate Program, University of Sebelas Maret, Surakarta, Indonesia

e-mail: mayasusmita7@student.uns.ac.id¹, aguskriss@yahoo.co.id², srisantoso@staff.uns.ac.id³

Abstract

Football is the sport most often played by all Indonesians. Achieving success in sports depends on a variety of psychological factors, including motivation, self-awareness, self-control, timing, mental toughness and conscience. The interest in women's football players and the psychological characteristics that affect their performance is increasing, especially in Surakarta. The purpose of this study was to analyze the differences in the influence of stress management, performance evaluation, motivation, and teamwork on Professional Women's Soccer Athletes and Amateur Women's Soccer Athletes in Surakarta City in 2023. The samples used in this study were 22 professional women's soccer athletes and 22 amateur football athletes, a total of 44 athletes as samples. Data collection methods used are using questionnaires and interviews. The researcher used the Psychological Characteristics Questionnaire Related to the Sports Performance Questionnaire (CPRD) which had been used in previous research and the development of a questionnaire where there were additional questionnaire items by the researcher. Data analysis used is descriptive quantitative analysis, with a t test to find out the research hypothesis. The results of the study describe the differences in the influence of stress management, performance evaluation, motivation, mental ability and teamwork in Professional Women's Soccer Athletes and Amateur Women's Football Athletes in Surakarta City in 2023 have significant differences in all aspects of the psychological characteristics of the sport. The abstract is a miniature of the article as an illustration main readers of your article.

Keywords: *Psychological, women's football, professional, amateur*

Abstrak

Olahraga Sepakbola adalah olahraga yang paling sering dimainkan oleh seluruh penduduk Indonesia. Mencapai kesuksesan dalam olahraga tergantung pada berbagai faktor psikologis, termasuk motivasi, kesadaran diri, kendali diri, waktu, ketahanan mental, dan hati nurani. Minat pemain sepakbola wanita dan karakteristik psikologis yang mempengaruhi kinerja mereka meningkat terutama di Surakarta. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis perbedaan pengaruh manajemen stress, evaluasi kinerja, motivasi, dan kerjasama tim pada Atlet Sepakbola Wanita Profesional dan Atlet Sepakbola Wanita Amatir Kota Surakarta tahun 2023. Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah sebanyak 22 atlet sepakbola wanita profesional dan 22 atlet sepakbola amatir, total sebanyak 44 atlet sebagai sampel. Metode pengambilan data yang digunakan adalah menggunakan kuisisioner dan wawancara. Peneliti menggunakan kuisisioner Karakteristik Psikologis Terkait dengan Kuesisioner Kinerja Olahraga (CPRD) dimana sudah pernah digunakan dalam penelitian sebelumnya dan pengembangan kuisisioner dimana ada tambahan butir soal kuisisioner oleh peneliti. Analisis data yang

digunakan adalah analisis deskriptif kuantitatif, dengan uji t test untuk mengetahui hipotesis penelitian. Hasil penelitian mendeskripsikan perbedaan pengaruh manajemen stress, evaluasi kinerja, motivasi, kemampuan mental dan kerjasama tim pada Atlet Sepakbola Wanita Profesioal dan Atlet Sepakbola Wanita Amatir Kota Surakarta tahun 2023 memiliki perbedaan yang signifikan pada semua aspek karakteristik psikologis olahraga.bstrak merupakan miniatur dari artikel sebagai gambaran utama pembaca terhadap artikel anda.

Kata kunci : Psikologis, sepakbola wanita, profesional, amatir

Mencapai kesuksesan dalam olahraga tergantung pada berbagai faktor psikologis, termasuk motivasi, kesadaran diri, kendali diri, waktu, ketahanan mental, dan hati nurani. (Nopiyanto & Dimiyati, 2018). Setiap tim dalam olahraga memiliki perbedaan berdasarkan karakteristik psikologis individu dari masing-masing atlet. Kesatuan ketiga faktor ini, serta atlet perilaku yang muncul dari setiap cabang olahraga, akan menghasilkan karakteristik yang sama. Sebelum memulai pelatihan psikologi, siswa harus memahami karakteristik psikologis spesifik atlet yang dilatih.

Olahraga Sepakbola adalah olahraga yang paling sering dimainkan oleh seluruh penduduk Indonesia. Animo orang dari banyak kelompok yang berbeda menikmati bentuk olahraga ini sangat banyak, apakah itu sepak bola nasional atau internasional. Sepak bola Indonesia sudah menetapkan identitas bangsa. Sepakbola berfungsi sebagai perwakilan dari keragaman etnis, agama, dan budaya. Negara Indonesia secara keseluruhan multietnis, termasuk tim nasional Sepakbola, yang menampilkan pemain terbaik dari berbagai wilayah di seluruh negara, mewakili berbagai kelompok etnis. Sepak bola Indonesia lebih dari sekadar olahraga Olimpiade; itu juga memiliki identitas sendiri, kebanggaan, dan aturan yang terkait dengan bangsa. Pada awalnya, sepak bola PSSI diakui sebagai sesuatu yang maskulin terutama bagi perempuan. Sepak bola dianggap sebagai sesuatu yang unik, tidak biasa, tidak ortodoks, dan mungkin bahkan tabu.

Hasilnya adalah bahwa populasi umum percaya bahwa hanya laki-laki yang harus diizinkan untuk bermain sepak bola. Akibatnya, perempuan terus bermain sepak bola wanita karena pemain sepak bola perempuan terus muncul. Pada tahun 1969, sepakbola wanita Indonesia mulai mendapatkan perhatian berkat Putri Priangan, pemain sepak bola wanita pertama di Indonesia. Terbentuknya perguruan tinggi di setiap daerah untuk membentuk tim Sepakbola wanita. Persepakbalaan wanita mendapat wadah dalam lingkungan organisasi PSSI berdasarkan ketentuan Surat Keputusan Pengurus Harian PSSI No. 71-XII/1978 pasal 12 ayat 2, dan dengan cara taktis memberikan Galanita hak sumpah untuk menjalankan permainan itu sendiri. Dengan diperolehnya status otonom ini, Galanita menjadi lembaga yang organik di bawah naungan PSSI tetapi mandiri dalam hal pelaksanaan kegiatan persepakbalaan wanita. Dalam sejarah olahraga, tahun 1969 sampai 1988 diingat sebagai tahun yang sangat penting bagi sepakbola wanita Indonesia karena kondisi perjalanan yang sulit. Sepakbola wanita harus mencari pemain, mendirikan organisasi atau klub, berbicara dengan mereka yang mendukung dan menentang situasi, dan mendapatkan status organisasi mereka langsung dari PSSI.

Dalam beberapa tahun terakhir, minat pemain sepakbola wanita dan karakteristik psikologis yang mempengaruhi kinerja mereka meningkat terutama di Surakarta, oleh sebab itu tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh psikologis atlet sepakbola wanita professional club sepakbola persis solo. Banyak faktor-faktor yang mempengaruhi psikologis antara lain yaitu Manajemen stres, Pengaruh Evaluasi Kinerja, Motivasi, Kerjasama tim dan Kemampuan mental, sehingga peneliti akan melakukan analisis karakter psikologis pemain sepakbola profesional wanita club sepakbola persis solo. Peneliti akan menggunakan kuesioner tentang Karakteristik Psikologis Terkait Prestasi Olahraga (CPRD) oleh Gimeno, Buceta, dan Pérez-Llantada. Dengan mengetahui karakteristik psikologis pemain profesional, pekerjaan pelatih dan teknisi olahraga, di semua level kompetisi, dapat meningkat. Oleh karena itu, menilai kapasitas psikologis merupakan langkah awal menuju pelatihan psikologis yang benar yang bertujuan untuk meningkatkan kinerja pemain, baik profesional maupun muda, dalam pelatihan.

B. METODE PENELITIAN

Metode penelitian deskriptif kualitatif digunakan peneliti mengumpulkan data dari populasi yang direpresentasikan oleh sampel yang dipilih secara acak. Data dikumpulkan melalui instrumen pengumpulan data, seperti kuesioner, wawancara, atau observasi langsung. Data yang diperoleh kemudian dianalisis secara deskriptif, dengan menghitung nilai rata-rata, median, dan mode, serta mengidentifikasi distribusi dan variasi dari variabel yang diamati. Peneliti menggunakan teknik purposive sampling dimana metode pengambilan sampel dalam penelitian yang dilakukan dengan tujuan tertentu, yaitu untuk memilih sampel yang sesuai dengan kriteria tertentu yang ditentukan sebelumnya. Dalam purposive sampling, peneliti tidak menggunakan metode acak untuk memilih sampel, tetapi memilih sampel berdasarkan karakteristik atau ciri-ciri yang dimiliki oleh populasi yang akan diteliti. Peneliti menggunakan sampel atlet sepakbola wanita professional dan amatir. Instrumen penelitian ini menggunakan kuisisioner Karakteristik Psikologis Terkait dengan Kuisisioner Kinerja Olahraga (CPRD) sebelumnya sudah pernah digunakan untuk penelitian sebanyak 55 butir soal dan tambahan 10 butir soal pada kuisisioner yang sudah di kembangkan oleh peneliti. Dimana pengembangan butir soal kuisisioner untuk memperkuat kuisisioner sebelumnya dan sudah di validasi oleh ahli psikologi. Peneliti ingin membandingkan rata-rata hasil tes kelompok atlet sepakbola wanita yang professional dengan atlet sepakbola wanita yang amatir. Uji *t* test yang dilakukan yaitu Independent

Samples t-test (t-test untuk sampel independen) dimana uji ini digunakan ketika dua kelompok atau sampel data adalah independen satu sama lain.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis penelitian menggunakan kuisisioner dengan soal sebanyak 55 butir pertanyaan, kemudian di kembangkan oleh peneliti dengan tambahan 10 butir soal kuisisioner pada aspek karakteristik psikologis. Dilakukan pengambilan data pada sampel sebanyak 22 atlet sepakbola wanita professional club sepakbola persis solo. Selain itu dalam lembar kuisisioner terdapat data atlet berupa jenjang pendidikan, posisi pemain dan desivi pemain Atlet Sepakbola Wanita Profesional Club Sepakbola Persis Solo. Data tersebut di sajikan dalam tabel berikut:

Tabel 1. Data sosiodemografi para profesional dan amatir

No	Atlet	Jenjang Pendidikan	Posisi Pemain	Devisi Maksimim Dimainkan
1	Armelia Nur Sava Zada	SMA	Gelandang	Liga 1
2	armita dwi oktaviani	Perguruan Tinggi	Penyerang	Liga 1
3	ayu lidya agustin m	Perguruan Tinggi	Back	Liga 1
4	baiq amiatus shalihah	SMA	Gelandang	Liga 1
5	bunga syifa fadillah	SMA	Penyerang	Liga 1
6	diah ayu wandari	Perguruan Tinggi	Kiper	Liga 1
7	ellen tria f	Perguruan Tinggi	Back	Liga 1
8	fani	Perguruan Tinggi	Kiper	Liga 1
9	hanipah halimatusyadiah s	Perguruan Tinggi	Gelandang	Liga 1
10	helsya maesyaroh	Perguruan Tinggi	Gelandang	Liga 1
11	marsela awi	Perguruan Tinggi	Penyerang	Liga 1
12	nastasia suci ramadhani	Perguruan Tinggi	Back	Liga 1
13	octavianti dwi nurmalita	Perguruan Tinggi	Gelandang	Liga 1
14	ranita suhendi	Perguruan Tinggi	Back	Liga 1

15	remini c e rumbewas	Perguruan Tinggi	Back	Liga 1
16	risdilah siti nurrohmah	Perguruan Tinggi	Gelandang	Liga 1
17	riska aprilia	Perguruan Tinggi	Gelandang	Liga 1
18	safira ika putri kartini	Perguruan Tinggi	Gelandang	Liga 1
19	salsabella okta kalila	Perguruan Tinggi	Kiper	Liga 1
20	siti rusdianna retno sari	Perguruan Tinggi	Back	Liga 1
21	tia darti septiawati	Perguruan Tinggi	Gelandang	Liga 1
22	vio risky	Perguruan Tinggi	Back	Liga 1
23	aisyah azizah rabbany	SMA	Back	Liga Amatir
24	alarice ghina rasendrya	SMA	Back	Liga Amatir
25	alzira ayu nabila	Perguruan Tinggi	Gelandang	Liga Amatir
26	amalia nurhalizah	Perguruan Tinggi	Gelandang	Liga Amatir
27	angel dimaria alindro	Perguruan Tinggi	Gelandang	Liga Amatir
28	anindita alsya saputri	SMP	Back	Liga Amatir
29	anindya meyra saputri	SMA	Back	Liga Amatir
30	anindya prabahita	SMA	Gelandang	Liga Amatir
31	chivara arta pramunindytia	SMP	Gelandang	Liga Amatir
32	dera seviola	SMA	Penyerang	Liga Amatir
33	fairus khalisa putri	SMP	Kiper	Liga Amatir
34	kasih cinta putri arista	SMA	Gelandang	Liga Amatir
35	khairunnisa putri w	SMP	Back	Liga Amatir
36	meifina naima	SMA	Kiper	Liga Amatir
37	moza oktavia putri	SMA	Gelandang	Liga Amatir
38	nadafa puan balisti	SMP	Gelandang	Liga Amatir
39	naomi felicia tsaqif	SMP	Gelandang	Liga Amatir
40	nikita chandra salsabila	SMA	Gelandang	Liga Amatir

41	ratna ayu setyo d	SMP	Gelandang	Liga Amatir
42	siit nur aishah	SMA	Penyerang	Liga Amatir
43	wanti safitri	SMA	Back	Liga Amatir
44	yasmin dzakiya mumtaz putri swarnorafi	SMP	Penyerang	Liga Amatir

Atlet sepak bola wanita professional memiliki jenjang pendidikan pada tingkat perguruan tinggi lebih banyak yaitu 19 atlet, pada jenjang pendidikan SMA sebanyak 3 atlet dan tidak ada yang di jenjang pendidikan SMP. Atlet sepakbola wanita amatir mempunyai jenjang pendidikan lebih banyak pada SMA yaitu sebanyak 11 atlet, 8 atlet SMP, dan 3 atlet pada jenjang pendidikan perguruan tinggi. Mengenai posisi pemain pada atlet sepakbola wanita professional terdapat 9 pemain sebagai gelandang, 3 pemain sebagai penyerang, 7 pemain sebagai back, dan 3 pemain sebagai kipper. Pada atlet sepakbola wanita amatir terdapat 11 pemain gelandang, 3 pemain sebagai penyerang, 6 pemain sebagai back dan 2 pemain sebagai kipper. Sebanyak 22 atlet sepakbola wanita yang professional bermain pada liga 1. Dimana liga 1 merupakan klasemen liga professional tingkat 1, dimana kuafikasinya sudah masuk dalam tingkat nasional. Sedangkan pada atlet sepakbola wanita amatir, sebanyak 22 atlet masih dalam liga amatir. Dimana liga amatir merupakan liga dengan tingkatan devisi paling rendah secara kualifikasi.

a. Analisis Deskriptif Atlet Sepakbola Wanita Profesional

Data Analisis hasil penelitian dan pembahasan ini disajikan beserta interpretasinya. Penyajian hasil penelitian adalah berdasarkan analisis statistik deskriptif karakteristik psikologis menggunakan bantuan SPSS versi 25.0 for windows dengan taraf signifikansi 5%.

Tabel 2.1 Descriptive Statistics Atlet Sepakbola Wanita Profesional

	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Manajemen Stres	22	29	41	70	54.68	8.521
Evaluasi Kinerja	22	31	16	47	32.00	8.575
Motivasi	22	11	21	32	26.64	2.953
Kem. Mental	22	13	20	33	24.77	3.690
Kerjasama Tim	22	8	22	30	26.86	2.550
Valid N (listwise)	22					

Data pada Tabel diatas mengenai analisis deskriptif statistik pada atlet sepakbola wanita professional, dimana terdapat nilai minimum pada aspek Manajemen Stres 41, nilai maksimum 70

dengan rata-rata 54,68 dan standar deviasi 8,521. Pada aspek evaluasi kerja nilai minimum 16, nilai maksimum 47 dengan nilai rata-rata 32 dan standar deviasi 8,575. Pada aspek Motivasi nilai minimum 21, nilai maksimum 32 dengan nilai rata-rata 26.64 dan standar deviasi 2,953. Pada aspek kemampuan mental nilai minimum 20, nilai maksimum 33 dengan nilai rata-rata 24,77 dan standar deviasi 3,690. Pada aspek kerjasama tim nilai minimum 22, nilai maksimum 30 dengan nilai rata-rata 26,86 dan standar deviasi 2,550.

b. Analisis Deskriptif Atlet Sepakbola Wanita Amatir

Data Analisis hasil penelitian dan pembahasan ini disajikan beserta interpretasinya. Penyajian hasil penelitian adalah berdasarkan analisis statistik deskriptif karakteristik psikologis menggunakan bantuan SPSS versi 25.0 for windows dengan taraf signifikansi 5%.

Tabel 2.2 Descriptive Statistics Atlet Sepakbola Wanita Amatir

	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Manajemen Stres	22	37	32	69	46.45	7.787
Evaluasi Kinerja	22	25	15	40	26.64	6.814
Motivasi	22	17	16	33	25.95	3.897
Kem.Mental	22	10	17	27	23.23	2.636
Kerjasama Tim	22	11	12	23	18.41	3.065
Valid N (listwise)	22					

Data pada Tabel diatas mengenai analisis deskriptif statistik pada atlet sepakbola wanita amatir, dimana terdapat nilai minimum pada aspek Manajemen Stres 32, nilai maksimum 69 dengan rata-rata 46,45 dan standar deviasi 7,787. Pada aspek evaluasi kerja nilai minimum 15, nilai maksimum 40 dengan nilai rata-rata 26,64 dan standar deviasi 6,814. Pada aspek Motivasi nilai minimum 16, nilai maksimum 33 dengan nilai rata-rata 25.95 dan standar deviasi 3,897. Pada aspek kemampuan mental nilai minimum 17, nilai maksimum 27 dengan nilai rata-rata 23,23 dan standar deviasi 2,636. Pada aspek kerjasama tim nilai minimum 12, nilai maksimum 23 dengan nilai rata-rata 18,41 dan standar deviasi 3,065.

Tabel 4.8 Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
MS	Equal variances assumed	1.412	.241	3.343	42	.002	8.227	2.461	3.261	13.194
	Equal variances not assumed			3.343	41.664	.002	8.227	2.461	3.259	13.195
EK	Equal variances assumed	.759	.389	2.297	42	.027	5.364	2.335	.651	10.076
	Equal variances not assumed			2.297	39.962	.027	5.364	2.335	.644	10.083
M	Equal variances assumed	1.790	.188	2.319	42	.025	2.136	.921	.277	3.995
	Equal variances not assumed			2.319	35.055	.026	2.136	.921	.266	4.006
KM	Equal variances assumed	4.412	.042	2.654	42	.011	2.682	1.011	.642	4.721

	Equal variances not assumed			2.654	37.750	.012	2.682	1.011	.635	4.728
KT	Equal variances assumed	.797	.377	9.945	42	.000	8.455	.850	6.739	10.170
	Equal variances not assumed			9.945	40.655	.000	8.455	.850	6.737	10.172

Dari data tabel hasil uji t test dengan Independent Samples Test di atas sebagai berikut:

1. Pada aspek Manajemen Stres nilai Sig. (2-tailed) adalah 0,002 dimana nilai tersebut < 0,05, maka Ho ditolak dan Ha diterima. Hal ini menyatakan terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata kedua kelompok.
2. Pada aspek Evaluasi Kinerja nilai Sig. (2-tailed) adalah 0,027 dimana nilai tersebut < 0,05, maka Ho ditolak dan Ha diterima. Hal ini menyatakan terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata kedua kelompok
3. Pada aspek Motivasi nilai Sig. (2-tailed) adalah 0,25 dimana nilai tersebut dimana nilai tersebut < 0,05, maka Ho ditolak dan Ha diterima. Hal ini menyatakan terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata kedua kelompok
4. Pada aspek Kemampuan Mental nilai Sig. (2-tailed) adalah 0,011 dimana nilai tersebut > 0,05, maka Ho diterima dan Ha ditolak. Hal ini menyatakan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara rata-rata dua kelompok atau sampel.
5. Pada aspek Kerjasama Tim nilai Sig. (2-tailed) adalah 0,000 dimana nilai tersebut < 0,05, maka Ho ditolak dan Ha diterima. Hal ini menyatakan terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata kedua kelompok Hasil penelitian yang berisikan data yang didapat pada penelitian atau hasil observasi lapangan. Bagian ini diuraikan tanpa memberikan pembahasan, tuliskan dalam kalimat logis. Hasil bisa dalam bentuk tabel, teks, atau gambar.

D. KESIMPULAN

Karakteristik Psikologis Atlet Sepakbola Wanita Profesional dan Atlet Sepakbola Wanita Amatir Kota Surakarta tahun 2023 yaitu: Manajemen Stres, Evaluasi Kinerja, Motivasi, Kemampuan Mental, Kerjasama tim. Perbedaan pengaruh manajemen stress, evaluasi kinerja, motivasi, kemampuan mental dan kerjasama tim pada Atlet Sepakbola Wanita Profesional dan Atlet Sepakbola Wanita Amatir Kota Surakarta tahun 2023 memiliki perbedaan yang signifikan pada semua aspek karakteristik psikologis olahraga.

DAFTAR RUJUKAN

- Gimeno, F., Buceta, JM, dan Perez-Llantada, MC. 2001. Cuestionario "Karakteristik Psicologicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo" (CPRD): características psicometricas [Kuesioner Karakteristik Psikologis terkait Performa Olahraga (CPRD): Sifat psikometrik.
- Nopiyanto, Y. E., & Dimiyati, D. 2018. Karakteristik psikologis atlet Sea Games Indonesia ditinjau dari jenis cabang olahraga dan jenis kelamin. *Jurnal Keolahragaan*.
- Weinberg, R. S., & Gould, D. 2011. *Foundations of Sport and Exercise Psychology* (5th ed). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Nopiyanto, Y. E., & Dimiyati, D. 2018. Karakteristik psikologis atlet Sea Games Indonesia ditinjau dari jenis cabang olahraga dan jenis kelamin. *Jurnal Keolahragaan*.
- Nurdidaya & Selviana. 2012. Prestasi olahraga paralimpian indonesia: kajian perspektif psikologis. *Jurnal Iptek Olahraga*, Vol. 14(3): pp.288-308.
- Santoso, singgih. 2014. *Statistik Parametrik Edisi Revisi*. Jakarta: Elex Media Komputindo
- Satiadarma, Monty P. 2000. *Dasar-dasar Psikologi Olahraga*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tangkudung, J & Mylsidayu. 2017. *Mental training aspek-aspek psikologi dalam olahraga*. Bekasi: Cakrawala Cendekia.
- Weinberg, R. S., & Gould, D. 2011. *Foundations of Sport and Exercise Psychology* (5th ed). Champaign, IL: Human Kinetics.