

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga dapat didefinisikan sebagai aktivitas fisik atau aktivitas yang melibatkan peserta yang bersaing satu sama lain dalam bentuk tim atau individu. Ada berbagai jenis olahraga seperti kriket, hoki, sepak bola, bola voli, tenis dan lain-lain. Olahraga sangat penting dalam kehidupan manusia agar tetap sehat dan bugar secara fisik. Kriket salah satu cabang olahraga mulai populer di Indonesia, olahraga ini sangat populer di dunia. Kriket dimainkan dalam bentuk tim di mana satu tim bertanding melawan tim lain. Cricket merupakan jenis olahraga yang dapat dimainkan oleh semua umur dan semua golongan manusia, baik remaja maupun masyarakat umum (Putera et al., 2022).

Di Indonesia sendiri perkembangan olahraga cricket sangat pesat dengan dipertandingkannya olahraga cricket dalam Pekan Olahraga Nasional (PON) 2016 di Jawa Barat (Basri et al, 2022). Olahraga cricket mulai masuk di Jawa Timur pada tahun 2017 melalui sosialisasi dari pengurus Persatuan Cricket Indonesia (PCI) dan merupakan cabang olahraga baru (Jamaluddin et al., 2020). Sampai saat ini olahraga olahraga cricket terus berkembang, di beberapa daerah mulai dikembangkan dari tingkat pemula, bahkan telah pada kegiatan ekstrakurikuler dari Sekolah Dasar sampai perguruan Tinggi.

Dalam menggapai sebuah prestasi yang optimal diperlukan latihan yang terstruktur dan terencana. Seorang atlet memerlukan beberapa persiapan seperti fisik, teknik, taktik dan mental. Empat faktor tersebut harus diperhatikan dan dilatih secara

bersamaan. Puncak performa atlet 80% dipengaruhi oleh mental dan 20% oleh aspek lainnya (Harsono, 2017). Fisik merupakan suatu gerakan dari tubuh yang mengeluarkan tenaga. Taktik merupakan suatu rancangan dibentuk oleh sebuah tim untuk memenangkan suatu perlombaan secara sportif. Teknik merupakan suatu gerakan yang digabungkan untuk memperoleh suatu kemenangan. Mental merupakan bentuk pola pikir seseorang dalam menghadapi suatu keadaan dalam pertandingan. Fisik, taktik, teknik dan mental adalah empat pilar yang harus diperhatikan (Bompa, & Buzzichelli, 2015). Banyak atlet yang kurang memiliki mental yang cukup baik, seperti *competitive anxiety*. Rasa cemas atlet timbul karena adanya suatu kemauan dalam menanggapi keadaan dari rasa cemas tersebut.

Selama situasi bermain, para atlet pada umumnya merasa takut sampai batas tertentu yang pada akhirnya mempengaruhi penampilan mereka. Ini adalah fenomena alami. Tidak ada manusia bebas dari rasa takut dan cemas. Dalam suasana penuh tekanan yang disediakan oleh kompetisi olahraga, biasanya atlet yang tidak dapat bertindak karena takut atau yang ketakutannya paling tidak mengganggu performa efektifnya. Kata 'takut' di sini mengacu pada untuk penilaian rasional dari situasi yang mengancam dan istilah kecemasan menunjukkan kekhawatiran yang tidak normal terhadap situasi tersebut. Kecemasan adalah keadaan emosional yang kompleks yang ditandai dengan rasa takut akan firasat yang biasanya disertai dengan ketegangan (Ahmad, 2016). Hal ini terkait dengan kekhawatiran dan ketakutan dan sering dikaitkan dengan kegagalan, baik yang nyata maupun yang diantisipasi. Hal ini sering kali berkaitan dengan hubungan antar pribadi dan situasi sosial. Perasaan penolakan dan

rasa tidak aman biasanya merupakan bagian dari kecemasan. Penelitian di bidang stres dan kinerja telah mengadopsi konseptualisasi multidimensi dari *competitive anxiety* yang mendikotomikan konstruk menjadi komponen kognitif dan somatik (Martens, Vealey, & Burton, 2014)

Competitive anxiety mengacu pada kecenderungan untuk melihat situasi persaingan sebagai sesuatu yang mengancam dan meresponsnya dengan kekhawatiran dan stres. Kecemasan terdiri dari dua komponen yaitu: kecemasan kognitif dan kecemasan somatik dan keduanya mempengaruhi kinerja individu sebelum dan selama kompetisi. Kecemasan kognitif meliputi elemen mental di mana evaluasi negatif tentang diri, pembicaraan negatif tentang diri sendiri, kekhawatiran tentang kinerja, dan gangguan konsentrasi juga termasuk di dalamnya. Kecemasan somatik mencakup komponen fisiologis di mana gairah tubuh seperti tekanan darah tinggi, detak jantung meningkat, gugup, berkeringat, dan ketegangan otot termasuk. Dalam olahraga, kecemasan kompetitif berarti keadaan spontan emosi yang terkait dengan perasaan takut dan khawatir yang terkait dengan reaksi tubuh dalam kondisi kompetitif (Ahmad, & Safdar, 2020).

Atlet cricket Kota Bekasi di bawah naungan Pencab Cricket Kota Bekasi ini telah memberikan prestasi yang terbaik, beberapa kali cricket Kota Bekasi menjuarai kejuaraan yang diikutinya, seperti meraih tiga medali Emas pada Porprov Jawa Barat 2022. Sebagian besar pemain cricket Kota Bekasi memperkuat tim cricket Jawa Barat pada PON Papua 2021 dan berhasil menyumbangkan medali emas untuk Provinsi Jawa Barat. Melihat paparan di atas membuat penulis tertarik untuk melakukan penelitian

tentang *competitive anxiety* pada atlet cricket Kota Bekasi, dengan judul “Survei tingkat *competitive anxiety* pada atlet cricket Kota Bekasi Jelang Porprov 2026”

B. Batasan dan Rumusan Masalah

1. Batasan Masalah

Untuk memastikan bahwa penelitian menghasilkan hasil yang tepat, batasan masalah biasanya mengatur seberapa luas masalah yang dapat ditangani peneliti. Hal ini dilakukan karena masalah yang terlalu luas dapat menyebabkan penelitian tidak fokus. Oleh karena itu pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah:

- a. Penelitian membahas tentang *competitive anxiety* pada atlet
- b. Responden yang digunakan dalam penelitian ini adalah atlet cricket Kota Bekasi.
- c. Penelitian dilakukan pada bulan April tahun 2024 di kampus Universitas Islam 45 Bekasi.

2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan batasan masalah yang telah dikemukakan sebelumnya, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimana tingkat *competitive anxiety* pada atlet cricket Kota Bekasi Jelang Porprov 2026?”

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang telah penulis uraikan, maka tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah “Untuk mengetahui

bagaimana tingkat *competitive anxiety* pada atlet cricket Kota Bekasi Jelang Porprov 2026.

D. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini secara umum diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan yang dibutuhkan untuk memecahkan masalah dan membuat keputusan. Namun secara khusus penelitian ini dapat berguna untuk:

1. Dapat memberikan pengetahuan, pengalaman, dan ketrampilan bagi peneliti mengenai *competitive anxiety* atlet saat bertanding.
2. Sebagai bahan masukan bagi penulis untuk memahami *competitive anxiety* pada saat bertanding, khususnya atlet krickit Kota Bekasi.
3. Penelitian ini diharapkan memberikan wawasan ilmiah dalam kepada para pembaca tentang *competitive anxiety* dalam ssebuah pertandingan.

E. Definisi Operasional

Untuk memudahkan dan menghindari salah pengertian dalam penelitian ini, peneliti memberi batasan istilah sebagai berikut:

1. Survei

Survei merupakan metode pengumpulan data primer dengan memberikan pertanyaan-pertanyaan kepada responden individu. Dalam penelitian ini data primer yang akan dikumpulkan adalah data *competitive anxiety* pada atlet cricket Kota Bekasi

2. *Competitive anxiety*

Competitive anxiety adalah respons emosional negatif terhadap pemicu stres kompetisi yang ditunjukkan sebelum dan selama penampilan pertandingan (Mellalieu et al, 2016). Dalam penelitian ini *Competitive anxiety* diukur dengan *Sport Competition Anxiety Test (SCAT)*

3. Atlet Cricket Kota Bekasi

Atlet cricket Kota Bekasi adalah Atlet yang berlatih cricket di Kota Bekasi di bawah naungan Pencab Cricket Kota Bekasi, sebagai responden survei *competition anxiety*.