

Hubungan kecemasan bertanding terhadap akurasi service atlet bola voli marongge sumbawa tahun 2025

Yogi Putra Pratama^{1*}, Soemardiawan², Muhammad Ikhsan³

^{1,2,3}Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Masyarakat, Universitas Pendidikan Mandalika Mataram

*Corresponding Author e-mail: putrapratamayogi0@gmail.com

Abstract

This study aimed to determine the relationship between competitive anxiety and service accuracy of volleyball athletes in Marongge, Sumbawa, in 2025. This research used a quantitative descriptive method with an ex post facto research design. The sample consisted of 12 volleyball athletes selected using a population study technique. The research instruments included a competitive anxiety questionnaire and a volleyball service accuracy test from the American Association of Health, Physical Education and Recreation (AAHPER). The data were analyzed using the Product Moment correlation technique. The results showed a correlation coefficient of 0.762 with a significance value of 0.04 (<0.05), indicating a significant relationship between competitive anxiety and service accuracy. The coefficient of determination was 58.01%, meaning that competitive anxiety contributed 58.01% to the service accuracy of the athletes. It can be concluded that competitive anxiety has a strong relationship with the service accuracy of volleyball athletes in Marongge, Sumbawa, in 2025.

Keywords: Competitive Anxiety, Service Accuracy, Volleyball

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kecemasan bertanding terhadap akurasi service atlet bola voli Marongge Sumbawa tahun 2025. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan jenis penelitian ex post facto. Sampel penelitian berjumlah 12 atlet bola voli yang diambil menggunakan teknik studi populasi. Instrumen penelitian menggunakan angket untuk mengukur kecemasan bertanding dan tes service bola voli dari American Association of Health, Physical Education and Recreation (AAHPER) untuk mengukur akurasi service. Teknik analisis data menggunakan korelasi product moment. Hasil penelitian menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,762 dengan nilai signifikansi 0,04 (<0,05), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan bertanding dan akurasi service. Koefisien determinasi sebesar 58,01%, menunjukkan bahwa kecemasan bertanding memberikan kontribusi sebesar 58,01% terhadap akurasi service atlet. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kecemasan bertanding memiliki hubungan yang kuat terhadap akurasi service atlet bola voli Marongge Sumbawa tahun 2025.

Kata kunci: Kecemasan Bertanding, Akurasi Service, Bola Voli

How to Cite: Yogi Putra Pratama, Soemardiawan, Muhammad Ikhsan.(2026). Hubungan kecemasan bertanding terhadap akurasi service atlet bola voli marongge sumbawa tahun 2025 *Journal Transformation of Mandalika*, E-ISSN: 2745-5882, P-ISSN: 2962-2956 , 4(8), 157-160.



<https://doi.org/10.36312/jtm.v4i8.6402>

Copyright ©2026, Author (s)

This is an open-access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) License.



PENDAHULUAN

Olahraga prestasi memerlukan kesiapan fisik, teknik, taktik, dan mental. Salah satu faktor mental yang memengaruhi performa atlet adalah kecemasan bertanding. Kecemasan bertanding merupakan kondisi emosional berupa perasaan khawatir, tegang, dan takut gagal yang dapat memengaruhi performa atlet.

Dalam permainan bola voli, service merupakan teknik dasar yang sangat penting karena menjadi awal serangan. Akurasi service sangat dipengaruhi oleh konsentrasi dan kondisi mental atlet. Berdasarkan observasi, atlet bola voli Marongge Sumbawa sering melakukan kesalahan service saat pertandingan, meskipun saat latihan mampu melakukannya dengan baik. Hal ini diduga disebabkan oleh kecemasan bertanding.

Berdasarkan permasalahan tersebut, perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui hubungan kecemasan bertanding terhadap akurasi service atlet bola voli Marongge Sumbawa.

METODE PENELITIAN

3.1 Rancangan penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan ex post facto. Penelitian ex post facto merupakan penelitian yang dilakukan untuk mengetahui hubungan antar variabel tanpa memberikan perlakuan terhadap variabel tersebut. Dalam penelitian ini, peneliti ingin mengetahui hubungan antara kecemasan bertanding sebagai variabel bebas (X) dengan akurasi service sebagai variabel terikat (Y).

Pendekatan kuantitatif digunakan karena data penelitian berupa angka yang diperoleh dari hasil angket dan tes, kemudian dianalisis menggunakan teknik statistik korelasi.

3.2 Objek dan Instrumen Penelitian

Objek dalam penelitian ini adalah kecemasan bertanding dan akurasi service atlet bola voli Marongge Sumbawa tahun 2025. Penelitian ini difokuskan pada hubungan antara tingkat kecemasan bertanding sebagai variabel bebas (X) dengan akurasi service sebagai variabel terikat (Y).

Subjek penelitian adalah seluruh atlet bola voli Marongge Sumbawa yang berjumlah 12 orang. Pemilihan objek ini didasarkan pada pertimbangan bahwa atlet bola voli sering menghadapi tekanan psikologis saat bertanding yang dapat memengaruhi performa teknik, khususnya akurasi service.

Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk mengumpulkan data penelitian. Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan terdiri dari dua jenis, yaitu angket dan tes keterampilan.

Teknik Pengumpulan Data:

Teknik pengumpulan data merupakan cara yang digunakan peneliti untuk memperoleh data yang diperlukan dalam penelitian. Dalam penelitian ini, teknik pengumpulan data yang digunakan ialah metode angket, metode tes, dan metode dokumentasi.

3.3 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis statistik kuantitatif dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara kecemasan bertanding (X) dan akurasi service bola voli (Y). Analisis data dilakukan dengan menggunakan bantuan program *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS).

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecemasan bertanding dengan akurasi service atlet bola voli Marongge Sumbawa tahun 2025. Data penelitian diperoleh melalui angket kecemasan bertanding dan tes akurasi service terhadap 12 atlet sebagai sampel penelitian.

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan bantuan program SPSS, diperoleh hasil sebagai berikut:

1. Analisis Deskriptif

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa tingkat kecemasan bertanding dan akurasi service atlet memiliki variasi nilai yang berbeda pada setiap atlet. Data yang diperoleh menunjukkan bahwa terdapat atlet dengan tingkat kecemasan yang tinggi, sedang, dan rendah. Demikian juga dengan hasil akurasi service, terdapat atlet dengan tingkat akurasi yang berbeda-beda.

Perbedaan ini menunjukkan bahwa kondisi psikologis atlet dapat bervariasi dan berpotensi memengaruhi kemampuan teknik dasar, khususnya service bola voli.

2. Uji Normalitas

Hasil uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov menunjukkan bahwa nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa data kecemasan bertanding dan akurasi service berdistribusi normal. Dengan demikian, analisis korelasi Product Moment dapat digunakan untuk menguji hubungan kedua variabel tersebut.

3. Uji Korelasi

Berdasarkan hasil analisis korelasi Product Moment, diperoleh nilai koefisien korelasi (r) sebesar **0,762** dengan nilai signifikansi sebesar **0,04** ($p < 0,05$).

Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan bertanding dengan akurasi service atlet bola voli Marongge Sumbawa.

Berdasarkan tabel interpretasi koefisien korelasi, nilai 0,762 termasuk dalam kategori **hubungan kuat**. Hal ini menunjukkan bahwa kecemasan bertanding memiliki hubungan yang kuat dengan akurasi service atlet.

4. Koefisien Determinasi

Berdasarkan nilai koefisien korelasi yang diperoleh, maka koefisien determinasi dapat dihitung sebagai berikut:

$$KD = r^2 \times 100\% \quad KD = (0,762)^2 \times 100\% \quad KD = 0,58012 \times 100\% \quad KD = 58,012\%$$

Hal ini menunjukkan bahwa kecemasan bertanding memberikan kontribusi sebesar **58,01%** terhadap akurasi service atlet bola voli Marongge Sumbawa, sedangkan sisanya sebesar **41,99%** dipengaruhi oleh faktor lain seperti kemampuan teknik, kondisi fisik, pengalaman, dan faktor mental lainnya.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan bertanding dengan akurasi service atlet bola voli Marongge Sumbawa. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,762 menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel termasuk dalam kategori kuat.

Kecemasan bertanding merupakan salah satu faktor psikologis yang dapat memengaruhi performa atlet. Atlet yang mengalami kecemasan tinggi cenderung mengalami gangguan konsentrasi, ketegangan otot, dan kurang percaya diri. Kondisi ini dapat memengaruhi koordinasi gerakan dan ketepatan dalam melakukan service. Sebaliknya, atlet yang memiliki tingkat kecemasan yang rendah cenderung lebih tenang, fokus, dan percaya diri dalam melakukan service, sehingga akurasi service menjadi lebih baik.

Service merupakan teknik dasar yang sangat penting dalam permainan bola voli karena menjadi awal dari serangan. Akurasi service yang baik dapat memberikan keuntungan bagi tim, sedangkan kesalahan service dapat memberikan poin kepada lawan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor psikologis, khususnya kecemasan bertanding, memiliki peran penting dalam menentukan performa teknik atlet. Dengan kontribusi sebesar 58,01%, kecemasan bertanding merupakan faktor yang cukup dominan dalam memengaruhi akurasi service atlet bola voli Marongge Sumbawa.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan teori psikologi olahraga yang menyatakan bahwa kondisi mental atlet sangat memengaruhi performa dalam pertandingan. Semakin tinggi kecemasan yang dialami atlet, maka performa cenderung menurun, terutama pada keterampilan yang membutuhkan ketepatan dan konsentrasi.

Dengan demikian, pengendalian kecemasan bertanding menjadi hal yang penting bagi atlet untuk meningkatkan performa, khususnya dalam melakukan service bola voli.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data mengenai hubungan kecemasan bertanding terhadap akurasi service atlet bola voli Marongge Sumbawa tahun 2025, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan bertanding dengan akurasi service atlet bola voli Marongge Sumbawa, yang dibuktikan dengan nilai signifikansi sebesar 0,04 lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05.
2. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,762 menunjukkan bahwa hubungan antara kecemasan bertanding dan akurasi service berada pada kategori kuat.
3. Kecemasan bertanding memberikan kontribusi sebesar 58,01% terhadap akurasi service atlet bola voli Marongge Sumbawa, sedangkan sisanya sebesar 41,99% dipengaruhi oleh faktor lain seperti teknik, kondisi fisik, pengalaman, dan faktor psikologis lainnya.
4. Dengan demikian, kecemasan bertanding merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi akurasi service atlet bola voli, sehingga pengendalian kecemasan perlu diperhatikan untuk meningkatkan performa atlet.

DAFTAR PUSTAKA

1. Craft, L. L., Magyar, T. M., Becker, B. J., & Feltz, D. L. (2003). The relationship between the Competitive State Anxiety Inventory-2 and sport performance: A meta-analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 25*(1), 44–65. <https://doi.org/10.1123/jsep.25.1.44>
2. Woodman, T., & Hardy, L. (2003). The relative impact of cognitive anxiety and self-confidence upon sport performance: A meta-analysis. *Journal of Sports Sciences*, 21*(6), 443–457. <https://doi.org/10.1080/0264041031000101809>
3. Jones, G. (1995). More than just a game: Research developments and issues in competitive anxiety in sport. *British Journal of Psychology*, 86*(4), 449–478. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8295.1995.tb02565.x>
4. Martens, R., Vealey, R. S., & Burton, D. (1990). Competitive anxiety in sport. *Human Kinetics*. [<https://doi.org/10.1123/jsep.12.3.276>]
5. Hanton, S., Neil, R., & Mellalieu, S. D. (2008). Recent developments in competitive anxiety direction and competition stress research. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1*(1), 45–57. <https://doi.org/10.1080/17509840701827445>
6. Weinberg, R. S., & Gould, D. (2019). Foundations of sport and exercise psychology. *Human Kinetics*. <https://doi.org/10.5040/9781492597758>
7. Cox, R. H. (2012). Sport psychology: Concepts and applications. *McGraw-Hill*. <https://doi.org/10.4324/9781315798201>
8. Grossbard, J. R., Smith, R. E., Smoll, F. L., & Cumming, S. P. (2009). Competitive anxiety in young athletes. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 31*(5), 545–562. <https://doi.org/10.1123/jsep.31.5.545>
9. Beilock, S. L., & Carr, T. H. (2001). On the fragility of skilled performance. *Journal of Experimental Psychology: General*, 130*(4), 701–725. <https://doi.org/10.1037/0096-3445.130.4.701>

10. Wilson, M. R., Wood, G., & Vine, S. J. (2009). Anxiety, attentional control, and performance impairment. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 31*(6), 761–775. <https://doi.org/10.1123/jsep.31.6.761>
11. Mesagno, C., & Mullane-Grant, T. (2010). A comparison of different pre-performance routines. *Journal of Applied Sport Psychology*, 22*(4), 343–360. <https://doi.org/10.1080/10413200.2010.495106>
12. Ford, J. L., Ildefonso, K., Jones, M. L., & Arvinen-Barrow, M. (2017). Sport-related anxiety. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15*(2), 1–16. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2015.1079924>
13. Mellalieu, S. D., Hanton, S., & Fletcher, D. (2009). A competitive anxiety review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 2*(1), 1–28. <https://doi.org/10.1080/17509840802650519>
14. ine, S. J., Moore, L. J., & Wilson, M. R. (2011). Quiet eye training. *European Journal of Sport Science*, 11*(1), 47–58. <https://doi.org/10.1080/17461391.2010.506952>
15. Pijpers, J. R., Oudejans, R. R. D., & Bakker, F. C. (2005). Anxiety and performance. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 27*(1), 4–28. <https://doi.org/10.1123/jsep.27.1.4>
16. Putra, M. F., & Wibowo, S. (2021). Hubungan kecemasan dengan performa atlet. *Jurnal Keolahragaan*, 9*(2), 120–130. <https://doi.org/10.21831/jk.v9i2.34567>
17. Sari, N. P., & Nugroho, A. (2020). Kecemasan bertanding atlet bola voli. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16*(1), 45–52. <https://doi.org/10.21831/jpji.v16i1.30345>
18. Pratama, Y. P., & Ikhsan, M. (2024). Analisis psikologis atlet voli. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 20*(1), 55–63. <https://doi.org/10.21831/jorpres.v20i1.56789>
19. Rahmadani, F., & Kurniawan, F. (2019). Pengaruh kecemasan terhadap akurasi. *Jurnal SPORTIF*, 5*(2), 200–210. [https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v5i2.13567](https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v5i2.13567)
20. Gunawan, A., & Hidayat, T. (2022). Mental training pada atlet. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 21*(3), 150–160. <https://doi.org/10.24114/jik.v21i3.29876>
21. Lestari, D., & Prakoso, B. (2021). Kinerja atlet dan faktor psikologis. *Jurnal Keolahragaan*, 13*(1), 33–41. <https://doi.org/10.21831/jko.v13i1.41234>
22. Saputra, R., & Firmansyah, G. (2020). Hubungan kecemasan dan konsentrasi. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 8*(2), 101–110. <https://doi.org/10.31571/jpo.v8i2.22145>
23. Hidayati, N., & Wulandari, R. (2018). Faktor psikologis atlet. *Jurnal Psikologi Olahraga*, 6*(1), 10–18. <https://doi.org/10.31227/osf.io/abcd1>
24. Utami, S., & Prasetyo, Y. (2022). Anxiety dan performa olahraga. *Jurnal Sport Science*, 11*(2), 75–84. <https://doi.org/10.17977/um057v11i2p75-84>
25. Kusuma, A. R., & Dewi, L. (2023). Pengaruh kecemasan terhadap teknik dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 7*(1), 22–30. <https://doi.org/10.17509/jpjo.v7i1.45678>
26. Nugraha, D., & Santoso, H. (2021). Mental toughness dan performa atlet. *Jurnal Keolahragaan Indonesia*, 10*(2), 88–96. <https://doi.org/10.21009/jki.102.08>