

## **BAB II**

### **TINJAUAN TEORETIS**

#### **2.1. Kajian Pustaka**

##### 2.1.1. Kecemasan

Kecemasan sebagai satu kajian psikolog yang unik dan menarik yang terjadi pada wasit. Kejadian-kejadian yang penting sebelum, saat dan sesudah pertandingan dalam olahraga sangat dipengaruhi oleh tingkat kecemasan dari pelaku olahraga, baik atlet, pelatih, wasit, maupun penonton. Menurut Musfir (2005) menjelaskan “kecemasan adalah perasaan tertekan dan tidak tenang serta berpikiran kacau dengan disertai banyak penyelesaian”. Menurut Husdarta (2010) mengungkapkan bahwa “kecemasan adalah reaksi situasional terhadap berbagai rangsangan”. (hlm. 80). Menurut Mylsidayu, (2014) menjelaskan bahwa kecemasan adalah “salah satu gejala psikolog yang identik dengan perasaan negatif”. Maka seorang wasit akan merasakan cemas dengan perasaan negatif pada waktu tertentu yang menyebabkan gangguan psikologis dan perubahan tingkah lakunya. (hlm. 42). Salah satu hambatan dalam kinerja wasit itu kecemasan. Dan Weinberg & Gould, (2014) Kecemasan adalah keadaan emosi negative yang ditandai dengan gugup, khawatir dan ketakutan. Dengan demikian kecemasan memiliki komponen pemikiran (misalnya, kekhawatiran dan ketakutan) sedangkan yang dimaksud dengan kecemasan kognitif, memiliki komponen kecemasan somatik, yaitu tingkat aktivitas fisik yang dirasakan. Selain perbedaan antara kecemasan kognitif dan kecemasan somatic, hal ini dibedakan dari keadaan dan sifat. (hlm. 84).

Dari beberapa pendapat para ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa kecemasan selalu dialami setiap wasit sesudah memimpin pertandingan sehingga dapat mengalami gangguan psikologis yang identik dengan perasaan negatif dan ketegangan mental, yang menyebabkan seorang wasit merasa tidak konsentrasi dan percaya diri saat memimpin pertandingan.

##### a. Gangguan Kecemasan

Beberapa gangguan kecemasan menurut (Nevid et al., 2005:285 ), yaitu

:

- 1) Gangguan psikolog pertama adalah gangguan kepribadian menghindar atau *avoidant personality disorder* yang menjadikan penderita sangat ketakutan dengan penolakan sosial. Hal ini membuat penderita menjadi enggan untuk bergabung dalam suatu kelompok atau tidak memasuki hubungan tanpa adanya kepastian akan penerimaan, dan penderita cenderung memiliki sedikit teman dekat diluar keluarga serta tidak senang berada dalam rekreasi.
- 2) Selanjutnya adalah gangguan kepribadian *dependen* yang membuat seseorang tidak bisa melakukan kebutuhan berlebihan sendiri, sehingga memerlukan asuhan atau bantuan orang lain. Hal ini membuat penderitanya sangat dekat dan melekat kepada seseorang yang membantunya tersebut, sehingga penderita takut dengan perpisahan yang akan terjadi.
- 3) Dan yang terakhir adalah gangguan kepribadian obsesif-kompulsif. Dalam gangguan ini, penderita gambarkan memiliki derajat keteraturan yang berlebihan. Hal ini membuat seseorang tersebut sangat terobsesi dengan kesempurnaan sehingga selalu mendetail dalam kebiasaan kerja. Penderita juga kaku dan sulit dalam melakukan *coping* yang tidak pasti, serta kesulitan untuk mengeluarkan atau mengekspresikan perasaan dalam dirinya.

b. Aspek-aspek Kecemasan

Mengelompokkan kecemasan dalam respon perilaku, kognitif dan afektif menurut Gail & Sandra, (2016:94)

- 1) Perilaku : Gelisah ketegangan fisik, tremor, reaksi terkejut, bicara cepat, kurang koordinasi, cenderung mengalami cedera, menarik diri dari hubungan interpersonal, inhibisi, melarikan diri dari masalah, menghindar, hiperventilasi dan waspada.
- 2) Kognitif : Perhatian terganggu, konsentrasi buruk, pelupa, salah dalam memberikan penilaian, preokupasi, hambatan berpikir, lapangan persepsi menurun, kreativitas menurun, produktifitas menurun, bingung, sangat waspada, kesadaran diri, kehilangan objektifitas, takut kehilangan kendali, takut ada gambaran visual, takut cedera atau kematian, kilas balik dan mimpi buruk.

- 3) Afektif : Mudah terganggu, tidak sabar, gelisah, tegang, gugup, ketakutan, waspada, kengerian, kekhawatiran, kecemasan, mati rasa, rasa bersalah dan malu.

c. Jenis-jenis Kecemasan

Jenis-jenis kecemasan bisa digolongkan menjadi beberapa pendekatan, Menurut Safaria & Saputra (2012) menjelaskan dalam dua bentuk, yaitu:

- 1) *Trait anxiety*

*Trait anxiety* adalah suatu respon terhadap situasi yang mempengaruhi tingkat kecemasan. Individu yang memiliki *trait anxiety* tinggi, maka ia suka cemas dibandingkan dengan individu yang *trait anxiety*nya rendah.

- 2) *State anxiety*

*State anxiety* adalah respon individu dengan situasi yang secara sadar menimbulkan efek tegang dan khawatir yang bersifat subjektif.

d. Faktor Kecemasan

Terdapat beberapa faktor yang dapat menimbulkan kecemasan, yaitu :  
Risnawita & Ghufro, (2016 : 96)

- 1) Pengalaman negative pada masa lalu

Sebab utama dari timbulnya rasa cemas kembali pada masa kanak-kanak, yaitu timbulnya rasa tidak menyenangkan mengenai peristiwa yang dapat terulang lagi pada masa mendatang, apabila individu menghadapi situasi yang sama dan juga menimbulkan ketidaknyamanan, seperti pengalaman pernah gagal dalam mengikuti tes.

- 2) Pikiran yang tidak rasional terbagi dalam empat bentuk, yaitu:

- a) Kegagalan ketastropik adalah sebuah prasangka atau asumsi dari individu mengenai suatu hal yang buruk akan datang kepada dirinya, sehingga membuat dirinya didominasi oleh perasaan gelisah atau cemas mengenai ketidaksanggupan dan tidak percaya diri dalam melakukan suatu yang alasannya tidak jelas.
- b) Kesempurnaan, dalam hal ini individu akan memaksakan dirinya bekerja dalam upaya mencapai perilaku yang sempurna dan tidak memiliki cacat. Akibatnya, individu akan membuat dirinya terjebak dalam usaha pekerjaan

yang sangat mendetail dan cenderung ambisius terhadap kemenangan sebuah target dan sumber yang dapat memberikan inspirasi.

- c) Persetujuan, individu digambarkan terlalu berharap akan suatu keputusan, tidak jarang juga individu digambarkan memiliki pikirang yang buruk yang tidak jelas alasannya sebab resah akan persetujuan.
- d) Generalisasi yang tidak tepat, biasanya menimpa kepala individu yang sedikit pengalamannya dan enggan bertanya, sehingga membuat generalisasi yang berlebihan.
- e. Tingkat Kecemasan

Ada beberapa tingkatan kecemasan (*anxiety*) menurut Gail & Sandra, (2016 : 96), yaitu

1) *Anxiety* Ringan

Berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari, ansietas ini menyebabkan individu menjadi waspada dan meningkatkan lapang persepsinya. Ansietas ini dapat memotivasi belajar dan menghasilkan pertumbuhan serta kreativitas.

2) *Anxiety* Sedang

Memungkinkan individu untuk berfokus pada hal yang penting dan mengesampingkan yang lain. Ansietas ini mempersempit lapang persepsi individu. Dengan demikian, individu mengalami tidak perhatian yang selektif namun dapat berfokus pada lebih banyak area jika diarahkan untuk melakukannya.

3) *Anxiety* Berat

Sangat mengurangi lapang persepsi individu. Individu cenderung berfokus pada sesuatu yang rinci dan spesifik serta tidak berpikir tentang hal lain. Semua perilaku ditujukan untuk mengurangi ketegangan. Individu tersebut memerlukan banyak arahan untuk berfokus pada area lain.

4) Tingkat Panik

Berhubungan dengan terperangah, ketakutan, dan terror. Hal yang rinci terpecah dari proporsinya karena mengalami kehilangan kendali, individu yang mengalami panic tidak mampu melakukan sesuatu walaupun dengan

arahan. Panik mencakup disorganisasi kepribadian dan menimbulkan peningkatan aktivitas motoric, menurunnya kemampuan untuk berhubungan dengan orang lain, persepsi yang mneyimpang dan kehilangan pemikiran yang rasional.

f. Ciri-ciri Kecemasan

Beberapa ciri-ciri kecemasan menurut Nevid et al., (2005:164), yaitu :

1) Ciri-ciri fisik dari kecemasan

- a) Kegelisahan dan kegugupan
- b) Tangan atau anggota tubuh yang bergetar atau gemetar
- c) Kekencangan pada pori-pori kulit perut
- d) Banyaknya keringat
- e) Telapak tangan yang berkeringat
- f) Pening atau pingsan
- g) Mulut atau kerongkongan terasa kering
- h) Sulit berbicara
- i) Sulit bernafas
- j) Bernafas pendek
- k) Jantung yang berdebr keras atau berdetak kencang
- l) Merasa lemas atau mati rasa
- m) Sensasi seperti tercekik atau tertahan
- n) Panas dingin
- o) Sering buang air kecil
- p) Merasa sensitif atau mudah marah
- q) Terdapat gangguan sakit perut atau mual

2) Ciri-ciri *behavioral* kecemasan

- a) Perilaku menghindar
- b) Perilaku melekat dan dependen
- c) Perilaku terguncang

3) Ciri-ciri kognitif kecemasan

- a) Khawatir tentang sesuatu

- b) Perasaan terganggu akan ketakutan atau aprehensi terhadap suatu yang terjadi di masa depan
- c) Kenyakinan bahwa sesuatu yang mengerikan akan terjadi, tanpa ada penjelasan yang jelas
- d) Merasa terencam oleh orang atau peristiwa yang normalnya hanya sedikit atau tidak mendapat perhatian
- e) Berpikir bahwa semuanya tidak bisa dikendalikan
- f) Khawatir terhadap hal-hal sepele
- g) Berpikir bahwa harus bisa kabur dari kemarin, kalau tidak pasti akan pingsan pikiran terasa campur aduk atau kebingungan
- h) Sulit berkonsentrasi atau memfokuskan pikiran

Dalam pertandingan sepakbola apabila seorang wasit mengalami salah satu faktor, gangguan, dan tingkat kecemasan tersebut, sesudah pertandingan dapat berdampak bagi psikologi seseorang wasit dalam memimpin jalannya pertandingan.

#### 2.1.2. Wasit dan Perwasitan

Wasit adalah individu yang ditunjuk atau dipercayakan untuk memimpin suatu pertandingan keolahrgaan disebut dengan wasit, menurut (Wasit merupakan seseorang yang ditugaskan memimpin dan menjalankan *laws of the game* (peraturan permainan) dalam suatu pertandingan, supaya tidak adanya kerugian dan menghindari pelanggaran yang dapat membahayakan pada setiap pemain. Wasit memiliki wewenang untuk menentukan kebijakan, seperti memberikan hukuman yang sesuai dengan kejadian di lapangan layaknya seseorang yang memimpin jalannya pertandingan agar sesuai aturan yang berlaku. Maka merujuk pada hadis Nabi Saw. “Setiap kalian adalah pemimpin.” Artinya bahwa wasit juga bagian dari seorang yang dipercaya sebagai pemimpin pada pertandingan sepakbola, menurut Saefudin (2018) maka kriteria wasit (pemimpin) baik itu harus memiliki kriteria sebagai berikut:

- 1) Pertama, sehat jasmani dan rohani. Seorang wasit harus memiliki kondisi kesehatan yang prima. Sehat secara jasmani dengan dibuktikan surat keterangan dokter, tidak cacat fisik terutama bagian-bagian vital seperti mata, kaki, tangan. Kemudian seorang wasit juga harus sehat rohani. Maka

tidak mungkin orang yang mengalami gangguan mental menjadi wasit meskipun secara fisik dia sempurna.

- 2) Kedua, berpendidikan. Menjadi wasit seyogyanya harus memiliki sertifikat pendidikan dan pelatihan. Lulus dan mendapatkan lisensi wasit memudahkan jalan menuju profesionalisme sebagai seorang wasit, karena melewati masa pendidikan adalah langkah utama meraih legitimasi dan kepercayaan sebagai wasit. Berkat pendidikan, mengetahui ilmu-ilmu pengetahuan soal sepakbola. Mulai dari pembahasan kecil sampai besar, seluk beluk yang ada pada olahraga sepakbola. Maka tidak bisa seseorang menjadi wasit dadakan dengan bermodal sehat jasmani rohani tanpa memiliki pendidikan dan pelatihan soal wasit.
- 3) Ketiga, adil. Kriteria ini merupakan karakter yang wajib dimiliki oleh seorang wasit. Adil dalam bersikap kepada semua pemain sepakbola ketika bertanding. Mendengarkan saran dan masukan dari asisten wasit maupun pihak tertentu yang dipercaya. Adil ketika memberikan hukum sesuai tingkatannya. Tidak gegabah mengeluarkan kartu kuning maupun merah. Adil memandang semua perilaku pemain sepak bola, tidak berpihak pada salah satu pemain karena dia hebat maupun banyak meraih penghargaan sebagai *best player*. Jika ia salah, maka hukuman setimpal harus diterimanya.
- 4) Keempat, netral. Seorang wasit tidak datang dari hasil didikan suatu klub tertentu atau pendidikan yang dia tempuh dibiayai oleh klub. Oleh karenanya, setelah dikukuhk sebagai wasit, dia akan menjaga netralitas dan integritas sebagai seorang wasit. Tidak condong mendukung salah satu tim maupun memberikan keberpihakan lebih kepada salah satu pemain maupun tim, begitupun sebaliknya.

Selain harus memenuhi kriteria wasit yang baik, seseorang apabila ingin menjadi wasit perlu ada beberapa syarat yang harus dipenuhi, yaitu sebagai berikut:

- a. Syarat menjadi Wasit

Setiap peserta atau calon wasit apabila ingin menjadi wasit, harus mempunyai:

- 1) Surat keterangan sehat dan tidak buta warna yang di tanda tangani oleh dokter dan ada persyaratan tambahan dikarenakan dimasa pandemi covid-19, maka harus ada surat bebas covid-19.
- 2) Surat keterangan rekomendasi dari askab/askot setiap daerahnya.
- 3) Fotocopy KTP dan Ijazah
- 4) Foto berwarna 3x4 (background biru)

b. Tugas dan Wewenang Wasit

Tugas wasit yaitu memimpin suatu pertandingan dengan baik, sukses dan bisa berjalan dengan lancar. Oleh karena itu seorang wasit diberikan wewenang selama pertandingan tersebut berlangsung. Dalam LOTG (*Laws Of The Game*) tahun 2018/2019 dijelaskan dalam pasal 5 tentang peraturan wasit, wewenang dan tugas wasit, diantaranya yaitu;

- 1) Dapat memimpin pertandingan yang dibantu oleh dua asisten wasit, satu wasit cadangan yang saling bekerjasama.
- 2) Mengingatkan untuk masalah perlengkapan yang akan dipakai oleh pemain, sudah memenuhi syarat dan ketentuan yang tertera di pasal 4 mengenai perlengkapan pemain.
- 3) Wasit berwenang menghentikan dan memulai kembali permainan, jika menurut wasit hal tersebut melanggar dalam peraturan atau dapat membahayakan ke dalam suatu pertandingan.
- 4) Wasit berwenang mengeluarkan kartu kuning atau kartu merah selama pertandingan berlangsung.
- 5) Dan yang paling penting tugas dan wewenang seorang wasit harus bisa menegakkan peraturan pertandingan tersebut agar suatu pertandingan bisa berjalan dengan lancar.

Seorang wasit ini dibantu oleh dua asisten wasit. asisten wasit selain membantu wasit, ada juga tugas lainnya, yaitu:

- 1) Membantu mengontrol pertandingan sesuai dengan peraturan pertandingan
- 2) Memeriksa lapangan pertandingan, bola yang akan digunakan dan perlengkapan pemain



- 3) Melihat semua bagian bola sudah meninggalkan lapangan permainan atau belum
  - 4) Pada saat bagian daerah asisten wasit, maka asisten wasit berhak menentukan tendangan gawang (*goal kick*) atau tendangan sudut (*corner kick*)
  - 5) Berhak sepenuhnya memutuskan seorang telah berada di posisi *offside* atau tidak *offside*
  - 6) Memonitor proses pergantian pemain
  - 7) Membantu dan berhak memutuskan pelanggaran atau tidak apabila ada suatu kejadian di daerah asisten wasit
  - 8) Melihat seorang penjaga gawang apakah telah bergerak ke luar dari garis gawang sebelum ditendang bola apakah sebaliknya pada saat di tendangan penalty
  - 9) Dan menjaga back-up catatan waktu, gol dan kelakuan yang tidak sopan
- Selain dua asisten wasit, wasit utama dibantu juga oleh wasit cadangan, adapun tugasnya yaitu:
- 1) Membantu administrasi pertandingan pada saat sebelum, sedang berlangsung dan sesudah pertandingan apabila seorang wasit meminta
  - 2) Memeriksa perlengkapan pemain pengganti sebelum main atau masuk lapangan pertandingan, dan apabila belum sesuai maka seorang pemain tersebut tidak boleh dahulu masuk sebelum perlengkapan sudah memenuhi syarat
  - 3) Membantu seorang wasit apabila ada kegaduhan dan pelanggaran di area bench tim dan berhak menegurnya
  - 4) Dan apabila setelah pertandingan selesai maka seorang wasit cadangan menyerahkan dan melaporkan kepada pihak yang berwenang mengenai hasil pertandingan pada waktu itu.

### 2.1.3. Sepakbola

Permainan sepakbola merupakan suatu permainan yang sering dimainkan dan dikenali semua kalangan dari mulai anak-anak hingga orang dewasa sekalipun, sepakbola ini banyak kita jumpai di desa bahkan di kota-kota besar. Adapun

beberapa ahli menjelaskan mengenai pengertian sepakbola, diantaranya menurut Muhajir & Ed (2007) “sepakbola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan jalan menyepak, yang mempunyai tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan dengan mempertahankan gawang tersebut agar tidak kemasukan bola”. Menurut Joseph (2008) yaitu “pertandingan sepakbola dimainkan dengan dua tim yang masing-masing tim berjumlah 11 pemain. Setiap tim berusaha mempertahankan gawangnya dan berusaha mencetak goal ke gawang lawan”. Menurut Faruq (2008) dalam bukunya, bahwa “permainan sepakbola adalah suatu bentuk kegiatan fisik yang mempunyai manfaat pada kebugaran tubuh, mental dan sosial, tidak hanya itu saja, tapi bisa menjadikan sebuah prestasi”.

Karena itu dari beberapa pengertian yang dikemukakan oleh beberapa ahli diatas, dapat disimpulkan bahwa, sepakbola merupakan suatu kegiatan olahraga yang memerlukan salah satunya fisik, dimainkan oleh dua tim, dalam setiap tim terdiri dari sebelas pemain, dengan tujuan untuk memasukan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan berusaha mempertahankannya agar tidak terjadi goal ke gawang kita.

Dalam setiap tim pemain berjumlah sebelas orang, tugas dari setiap pemainnya, yaitu; satu orang penjaga gawang yang bertugas sebagai pemain paling belakang dan mempunyai kebebasan yang sangat besar, karena seorang penjaga gawang boleh menggunakan tangan apabila suatu lawan menyerang ke gawang kita, maka seorang menjaga gawang berhak boleh menghadang bolanya dengan menggunakan tangan. Dua hingga empat orang pemain bertahan bertugas mempertahankan, menghalangi dan menutup pergerakan apabila lawan akan menyerang ke gawang kita. Dua sampai lima orang pemain tengah bertugas mengatur tempo jalannya permainan dan menjadikan otak dalam suatu permainan sepakbola, karena pemain tengah ini mempunyai peran penunjang bagi pemain belakang (*back*) dan pemain depan (*striker*) bagi tim. Satu sampai tiga orang penyerang berugas untuk mencetak gol ke gawang lawan.

## **2.2. Hasil Penelitian yang Relevan**

Hasil penelitian yang relevan ini sangat diperlukan guna mendukung kajian teoritis yang telah dikemukakan, sehingga dapat digunakan sebagai landasan pada penyusunan kerangka berfikir. Adapun hasil penelitian yang relevan ini adalah:

Dalam jurnal yang berjudul “Tingkat Kecemasan Wasit Sebelum, Selama dan Sesudah Memimpin Pertandingan Futsal” Putra (2018) menjelaskan bahwa tujuan dalam penelitian ini adalah untuk menelaah tingkat kecemasan wasit sebelum, selama dan sesudah memimpin pertandingan. Sampel diambil sebanyak 15 orang wasit putra C-1 (Nasional), menggunakan teknik purposive sampling. Dan kesimpulannya terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kecemasan wasit sebelum, selama dan sesudah memimpin pertandingan.

Dan yang kedua Nugroho (2018) dalam jurnalnya yang berjudul “Tingkat Kecemasan Pemain Futsal UNY pada Kejuaraan Lima Nasional di Malang Tahun 2017”. Menjelaskan bahwa penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kecemasan pemain futsal Universitas Negeri Yogyakarta pada kejuaraan LIMA Nasional di Malang Tahun 2017. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Metode yang digunakan adalah survei. Teknik pengumpulan data menggunakan angket. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain Futsal UNY pada LIMA Nasional Malang 2017 yang berjumlah 54 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan pemain futsal Universitas Negeri Yogyakarta pada kejuaraan LIMA Nasional di Malang Tahun 2017 berada pada kategori sedang.

Dari dua penelitian itu dapat dikatakan sama dengan penelitian yang penulis lakukan, hanya berbeda dalam sample dan cabang olahraganya.

### **2.3. Kerangka Konseptual**

Kerangka konseptual atau hasil yang menuju ke jawaban sementara merupakan titik tolak bagi penulis dari segala kegiatan penelitian yang akan dilaksanakan, dan anggapan dasar ini diperlukan sebagai pegangan secara umum. Uma Sekaran dalam Sugiyono (2013) menyatakan bahwa, “kerangka berpikir merupakan model konseptual tentang bagaimana teori berhubungan dengan berbagai faktor yang telah diidentifikasi sebagai masalah yang penting” (hlm 60). Maksud dari pernyataan tersebut yaitu jika anggapan itu dapat diterima

kebenarannya dianggap tidak menyokong pendapat ini, maka diterima suatu anggapan lain yang jadi tandingannya.

Berdasarkan permasalahan yang penulis amati mengenai kecemasan wasit sepakbola Kabupaten Ciamis memiliki kecemasan yang tinggi sebelum pertandingan dikarenakan beberapa faktor, hal ini disebabkan karena atmosfer *supporter* dalam lapangan sangat besar atau tensi pertandingan yang sangat tinggi atau bahkan ada tekanan dari pihak-pihak luar yang berakibat pada kecemasan wasit tersebut, dan membuat seorang wasit tidak percaya diri dan tidak fokus saat jalannya pertandingan.

Maka dari itu, hendaknya dalam menjalankan tugas dan kewajibannya sebagai penegak peraturan permainan sepakbola, wasit diharuskan bisa meminimalisir tingkat kecemasan dalam dirinya. Karena menurut Nevid et al., (2005), “kecemasan adalah kelompok gangguan kepribadian yang mencakup tipe menghindar, dependen dan *obsesif-komplusif*”. (hlm. 285). Meskipun ciri dari masing-masing gangguan ini berbeda, gangguan ini memiliki komponen berupa rasa takut atau kecemasan.

Untuk dapat mengetahui tingkat kecemasan wasit sepakbola PSSI ASKAB Ciamis sebelum memimpin pertandingan, maka dapat dianalisis dengan survei atau penyebaran angket. Dengan diadakannya penyebaran angket maka akan diketahui tingkat kecemasan wasit sepakbola PSSI ASKAB Ciamis.

#### **2.4. Hipotesis Penelitian**

Hipotesis merupakan kesimpulan sementara berdasarkan kajian teori yang masih perlu dibuktikan kebenarannya. Menurut Sugiyono (2012) menjelaskan “hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan” (hlm 64). Adapun hipotesis pada penelitian ini yaitu “wasit PSSI ASKAB Ciamis yang memiliki tingkat kecemasan dengan kategori tinggi sebelum memimpin pertandingan”.