

Analisis Kecemasan Wasit Bola Voli Ketika Memimpin Pertandingan: Ditinjau dari Gender dan Level Pertandingan

An Analysis of Volleyball Referees' Anxiety While Officiating A Match: Reviewed from The Gender and Match Level

Iqbal Maulana Baharinto¹, Khoiril Anam²

^{1,2}Jurusan Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, Semarang, Indonesia

Email Korespondensi: iqbalbaharinto123@student.unnes.ac.id

Accepted: May, 29th 2026; Received: Juny, 27th 2026; Published: Juny, 30th 2026

Abstrak

Kecemasan merupakan salah satu faktor yang dapat mengganggu penampilan wasit dalam memimpin pertandingan bola voli. Penelitian ini bertujuan menganalisis tingkat kecemasan wasit bola voli saat memimpin pertandingan berdasarkan gender dan level pertandingan. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif terhadap 32 wasit bola voli yang tergabung dalam Asosiasi Wasit Bola Voli Jawa Tengah. Instrumen yang digunakan adalah *Competitive State Anxiety Inventory-2 Revised* (CSAI-2R). Analisis dilakukan secara deskriptif menggunakan distribusi frekuensi dan persentase. Hasil menunjukkan bahwa 87,5% responden memiliki tingkat kecemasan rendah, 12,5% berada pada kategori sedang, dan tidak ditemukan kecemasan tinggi. Wasit laki-laki maupun perempuan sama-sama berada pada kategori kecemasan rendah. Seluruh wasit yang memimpin pertandingan tingkat nasional memiliki kecemasan rendah, sedangkan kecemasan sedang lebih banyak ditemukan pada level daerah. Kesimpulan dari penelitian ini Adalah ditinjau dari gender, baik wasit laki-laki maupun perempuan cenderung memiliki tingkat kecemasan yang rendah dan ditinjau dari level pertandingan, wasit yang memimpin pertandingan pada level yang lebih tinggi cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah.

Kata Kunci: Bola Voli, Gender, Kecemasan, Pertandingan, Wasit

Abstract

Anxiety is a factor that can affect a referee's performance when officiating volleyball matches. This study aimed to analyze the anxiety levels of volleyball referees while officiating matches, based on gender and the level of competition. A descriptive quantitative approach was employed, involving 32 referees affiliated with the Central Java Volleyball Referees Association. The Competitive State Anxiety Inventory-2 Revised (CSAI-2R) was used as the research instrument. Data were analyzed descriptively using frequency distributions and percentages. The results indicated that 87.5% of the respondents exhibited low anxiety levels, 12.5% fell into the moderate category, and no instances of high anxiety were found. Both male and female referees fell into the low anxiety category. All referees officiating at the national level demonstrated low anxiety, whereas moderate anxiety was more frequently observed at the regional level. It is concluded that, in terms of gender, both male and female referees tend to exhibit low levels of anxiety; regarding the level of competition, referees officiating at higher levels tend to have lower anxiety levels.

Keywords: Anxiety, Gender, Match, Referee, Volleyball

1. Pendahuluan

Olahraga bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang berkembang pesat di tingkat nasional maupun internasional. Keberhasilan penyelenggaraan suatu pertandingan tidak hanya ditentukan oleh kemampuan atlet dan pelatih, tetapi juga dipengaruhi oleh kualitas kepemimpinan wasit dalam menerapkan peraturan permainan secara adil dan konsisten. Wasit memiliki tanggung jawab untuk mengawasi jalannya pertandingan, mengambil keputusan secara cepat, serta menjaga sportivitas selama pertandingan berlangsung. Dalam menjalankan tugas tersebut, wasit sering menghadapi tekanan yang berasal dari pemain, pelatih, penonton, maupun situasi pertandingan yang berlangsung dengan intensitas tinggi. Kondisi tersebut dapat memunculkan respons psikologis berupa kecemasan yang berpotensi memengaruhi konsentrasi, objektivitas, dan kualitas pengambilan keputusan selama pertandingan (Tawakal., 2020).

Kecemasan merupakan salah satu faktor psikologis yang sering muncul ketika individu menghadapi situasi yang dipersepsikan sebagai ancaman atau tuntutan terhadap kemampuan yang dimiliki. Menurut teori *Transactional Model of Stress and Coping*, kecemasan muncul

sebagai hasil dari proses penilaian individu terhadap tekanan yang dihadapi serta kemampuan dirinya dalam mengatasi tekanan tersebut (Lazarus, 2000). Dalam konteks olahraga, kecemasan tidak hanya dialami oleh atlet, tetapi juga oleh wasit yang dituntut mengambil keputusan secara cepat dan akurat di bawah tekanan. Tingkat kecemasan yang tinggi dapat menyebabkan menurunnya perhatian, meningkatnya keraguan dalam mengambil keputusan, serta berkurangnya kepercayaan diri, sehingga berdampak terhadap kualitas kepemimpinan wasit selama pertandingan (Weinberg & Gould, 2024).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan wasit dipengaruhi oleh beberapa faktor, di antaranya pengalaman memimpin pertandingan, tingkat kompetensi, gender, dan level pertandingan yang dipimpin. Penelitian yang Tsaniyah et al (2025) melaporkan bahwa sebagian besar wasit sepak bola di Indonesia memiliki tingkat kecemasan rendah, meskipun masih ditemukan kecemasan pada aspek kognitif berupa kekhawatiran terhadap kesalahan dalam mengambil keputusan. Penelitian Yudistira & Decheline (2025) pada wasit bulutangkis juga menunjukkan bahwa pengalaman memimpin pertandingan berkontribusi terhadap kemampuan mengendalikan kecemasan. Selain itu, penelitian Klatt et al (2025) menemukan bahwa wasit bola voli elit dengan pengalaman yang lebih tinggi memiliki kemampuan *coping* yang lebih baik, sehingga mampu mempertahankan performa meskipun berada dalam situasi pertandingan yang penuh tekanan.

Meskipun demikian, penelitian mengenai kecemasan wasit masih didominasi pada cabang olahraga sepak bola dan bola basket, sedangkan penelitian yang secara khusus mengkaji kondisi psikologis wasit bola voli di Indonesia masih relatif terbatas. Karakteristik permainan bola voli memiliki perbedaan dibandingkan cabang olahraga lain karena reli berlangsung sangat cepat, keputusan harus diambil dalam waktu singkat, dan kesalahan keputusan sering kali langsung memengaruhi hasil pertandingan. Selain itu, belum banyak penelitian yang mengkaji kecemasan wasit bola voli dengan mempertimbangkan faktor gender dan level pertandingan secara bersamaan sebagai variabel yang diduga memengaruhi kondisi psikologis wasit. Keterbatasan tersebut menunjukkan adanya *research gap* yang perlu dikaji lebih lanjut untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai kecemasan pada wasit bola voli.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat kecemasan wasit bola voli saat memimpin pertandingan berdasarkan gender dan level pertandingan pada wasit yang tergabung dalam Asosiasi Wasit Bola Voli Jawa Tengah. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi olahraga, khususnya terkait kondisi psikologis wasit, serta menjadi dasar bagi Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia (PBVSI) dalam menyusun program pembinaan mental, pelatihan manajemen stres, dan peningkatan kompetensi wasit sehingga kualitas pengambilan keputusan dan profesionalisme perwasitan dapat terus ditingkatkan.

2. Metodologi

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif untuk menggambarkan tingkat kecemasan wasit bola voli saat memimpin pertandingan berdasarkan gender dan level pertandingan. Penelitian dilaksanakan pada wasit yang tergabung dalam Asosiasi Wasit Bola Voli Jawa Tengah. Populasi penelitian berjumlah 40 orang wasit, sedangkan sampel yang memenuhi kriteria penelitian dan mengisi kuesioner secara lengkap sebanyak 32 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, yaitu seluruh anggota populasi yang memenuhi kriteria dijadikan sebagai responden penelitian. Variabel yang diteliti meliputi tingkat kecemasan sebagai variabel utama, sedangkan gender dan level pertandingan digunakan sebagai dasar pengelompokan responden. Tingkat kecemasan diukur menggunakan instrumen Competitive State Anxiety Inventory-2 Revised (CSAI-2R) yang dikembangkan. Instrumen ini terdiri atas 17 butir pernyataan yang mengukur kecemasan situasional melalui aspek kecemasan kognitif, kecemasan somatik, dan kepercayaan diri menggunakan skala Likert empat tingkat.

Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner kepada responden setelah memperoleh persetujuan untuk berpartisipasi dalam penelitian. Seluruh data yang terkumpul kemudian dilakukan proses editing, coding, dan tabulasi sebelum dianalisis. Analisis data menggunakan statistik deskriptif dengan bantuan perangkat lunak IBM SPSS Statistics, meliputi distribusi frekuensi, persentase, serta penyajian data dalam bentuk tabel untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi tingkat kecemasan berdasarkan gender dan level pertandingan. Hasil analisis selanjutnya diinterpretasikan secara deskriptif dengan

membandingkan temuan penelitian terhadap teori dan hasil penelitian terdahulu sehingga diperoleh gambaran mengenai kondisi psikologis wasit bola voli saat memimpin pertandingan.

3. Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Karakteristik Responden

No	Variabel	Jumlah	Persentase (%)
1	Jenis Kelamin		
	a. Pria	30	93.8
	b. Wanita	2	6.2
2	Tingkat Lisensi Wasit		
	a. Lisensi A	19	59.4
	b. Lisensi B	6	18.7
	c. Lisensi C	7	21.9
3	Level Pertandingan		
	a. Daerah	12	37.5
	b. Provinsi	10	31.25
	c. Nasional	10	31.25
4	Tingkat Kecemasan		
	a. Rendah	28	87.5
	b. Sedang	4	12.5
	c. Tinggi	0	0

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa dari total 32 responden, sebanyak 30 orang (93,8%) berjenis kelamin pria dan 2 orang (6,2%) berjenis kelamin wanita. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden penelitian merupakan wasit bola voli laki-laki yang tergabung dalam Asosiasi Wasit Bola Voli Jawa Tengah. Komposisi responden yang didominasi oleh laki-laki mengindikasikan bahwa profesi wasit bola voli masih lebih banyak diminati oleh laki-laki dibandingkan perempuan. Kondisi ini juga menunjukkan bahwa keterlibatan perempuan dalam bidang perwasitan bola voli masih relatif rendah sehingga diperlukan upaya peningkatan partisipasi perempuan dalam pengembangan sumber daya perwasitan di masa mendatang.

Mayoritas responden memiliki Lisensi A sebanyak 19 orang (59,4%), diikuti Lisensi C sebanyak 7 orang (21,9%), dan Lisensi B sebanyak 6 orang (18,8%). Data tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden telah memiliki lisensi perwasitan tingkat tinggi. Dominasi wasit dengan Lisensi A menunjukkan bahwa responden penelitian memiliki kompetensi dan pengalaman yang cukup baik dalam memimpin pertandingan bola voli. Kepemilikan lisensi yang lebih tinggi umumnya diperoleh melalui proses pelatihan dan pengalaman yang panjang sehingga dapat memengaruhi kesiapan mental serta kemampuan pengambilan keputusan saat bertugas.

Pada kategori tingkat level pertandingan, sebanyak 12 responden (37,5%) terakhir memimpin pertandingan tingkat daerah. Selanjutnya terdapat masing-masing 10 responden (31,25%) yang memimpin pertandingan tingkat provinsi dan nasional. Data tersebut menunjukkan bahwa responden penelitian berasal dari berbagai level pertandingan sehingga mampu memberikan gambaran yang lebih luas mengenai kondisi kecemasan wasit bola voli. Variasi level pertandingan ini penting karena setiap tingkatan memiliki karakteristik tekanan dan tuntutan yang berbeda terhadap wasit.

Sedangkan pada kategori tingkat kecemasan, diketahui bahwa sebagian besar responden berada pada kategori kecemasan rendah yaitu sebanyak 28 orang (87,5%). Sementara itu terdapat 4 orang (12,5%) yang berada pada kategori kecemasan sedang dan tidak ditemukan responden yang memiliki tingkat kecemasan tinggi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa secara umum wasit bola voli di Jawa Tengah memiliki kemampuan yang baik dalam mengelola tekanan ketika memimpin pertandingan. Rendahnya tingkat kecemasan yang ditemukan dapat dipengaruhi oleh pengalaman memimpin pertandingan, tingkat lisensi yang dimiliki, serta kemampuan mengontrol emosi dan tekanan selama pertandingan berlangsung.

Tabel 1. Data Tabulasi Silang Antara Gender dan Level Pertandingan dengan Tingkat Kecemasan Responden

No	Variabel	Tingkat Kecemasan		
		Rendah	Sedang	Tinggi
1	Gender/Jenis Kelamin			
	a. Pria	26	4	0
	b. Wanita	1	1	0
2	Level Pertandingan			
	a. Daerah	9	3	0
	b. Provinsi	9	1	0
	c. Nasional	10	0	0

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar wasit bola voli berada pada kategori kecemasan rendah. Temuan ini mengindikasikan bahwa mayoritas responden mampu mengendalikan tekanan psikologis selama memimpin pertandingan. Rendahnya tingkat kecemasan diduga dipengaruhi oleh pengalaman memimpin pertandingan, kepemilikan lisensi yang tinggi, serta kemampuan dalam mengelola tekanan sehingga wasit tetap mampu mengambil keputusan secara objektif dan menjaga kualitas kepemimpinan selama pertandingan (Klatt et al., 2025).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Tsaniyah et al (2025) yang menunjukkan bahwa mayoritas wasit sepak bola di Indonesia memiliki tingkat kecemasan rendah saat memimpin pertandingan. Penelitian Klatt et al (2025) juga menjelaskan bahwa pengalaman bertugas dan kemampuan coping psikologis berperan penting dalam menekan stres dan kecemasan. Dengan demikian, kesiapan mental dan pengalaman menjadi faktor penting yang mendukung performa serta kualitas pengambilan keputusan wasit bola voli.

Tingkat Kecemasan ditinjau dari Gender/ Jenis Kelamin

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa sebagian besar wasit pria berada pada kategori kecemasan rendah yaitu sebanyak 26 orang. Sementara itu terdapat 4 orang wasit pria yang mengalami kecemasan sedang. Pada kelompok wanita ditemukan 1 orang dengan kecemasan rendah dan 1 orang dengan kecemasan sedang. Hasil tersebut menunjukkan bahwa baik wasit pria maupun wanita cenderung memiliki tingkat kecemasan yang rendah saat memimpin pertandingan. Namun demikian, proporsi kecemasan sedang pada kelompok wanita terlihat lebih besar dibandingkan kelompok pria. Temuan ini perlu ditafsirkan secara hati-hati mengingat jumlah responden wanita dalam penelitian ini relatif sedikit.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa baik wasit laki-laki maupun perempuan didominasi oleh kategori kecemasan rendah. Meskipun terdapat satu responden perempuan yang berada pada kategori kecemasan sedang, temuan tersebut belum dapat dijadikan dasar untuk menyimpulkan adanya perbedaan tingkat kecemasan berdasarkan gender karena jumlah responden perempuan dalam penelitian ini sangat terbatas. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan mengelola tekanan lebih dipengaruhi oleh pengalaman dan kompetensi dibandingkan jenis kelamin.

Temuan ini didukung oleh penelitian Lindsay et al (2025) yang menyatakan bahwa kecemasan wasit lebih dipengaruhi oleh tekanan dalam pengambilan keputusan dan tuntutan profesional daripada faktor gender. Sejalan dengan itu, Tankeng et al (2025) menjelaskan bahwa peningkatan pengalaman, kompetensi, dan strategi coping memiliki pengaruh yang lebih besar terhadap pengendalian kecemasan dibandingkan karakteristik demografis.

Tingkat Kecemasan Wasit Ditinjau dari Level Pertandingan

Pada kategori level pertandingan dapat diketahui bahwa seluruh wasit yang memimpin pertandingan tingkat nasional berada pada kategori kecemasan rendah. Pada level provinsi terdapat 9 orang dengan kecemasan rendah dan 1 orang dengan kecemasan sedang, sedangkan pada level daerah terdapat 9 orang dengan kecemasan rendah dan 3 orang dengan kecemasan sedang. Hasil tersebut menunjukkan adanya kecenderungan bahwa semakin tinggi level pertandingan yang dipimpin, semakin rendah tingkat kecemasan yang dialami wasit. Kondisi ini dapat terjadi karena wasit yang bertugas pada level nasional umumnya memiliki pengalaman yang lebih banyak, kemampuan *coping* yang lebih baik, serta tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi dibandingkan wasit pada level pertandingan yang lebih rendah.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh wasit yang memimpin pertandingan tingkat nasional berada pada kategori kecemasan rendah, sedangkan kecemasan sedang lebih banyak ditemukan pada wasit yang memimpin pertandingan tingkat daerah. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi level pertandingan yang dipimpin, semakin baik kemampuan wasit dalam mengendalikan tekanan psikologis. Kondisi tersebut diduga berkaitan dengan pengalaman bertugas, peningkatan kompetensi, dan kepercayaan diri yang diperoleh melalui paparan pada pertandingan dengan tingkat persaingan yang lebih tinggi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Sanusi et al (2022) yang menyatakan bahwa kecemasan berhubungan dengan kualitas pengambilan keputusan wasit. Wasit yang memiliki pengalaman lebih banyak cenderung mampu menerapkan strategi coping secara efektif sehingga tetap fokus dan mampu mempertahankan performa selama pertandingan. Oleh karena itu, level pertandingan dapat dipandang sebagai indikator pengalaman yang berkontribusi terhadap rendahnya tingkat kecemasan wasit bola voli.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai analisis kecemasan wasit bola voli saat memimpin pertandingan ditinjau dari gender dan level pertandingan, dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan yang dialami wasit secara umum berada pada kategori rendah. Tingkat kecemasan wasit bola voli secara umum berada pada kategori rendah. Mayoritas responden menunjukkan kemampuan yang baik dalam mengendalikan perasaan khawatir, tegang, maupun tekanan mental saat memimpin pertandingan. Kondisi ini mengindikasikan bahwa wasit memiliki kesiapan psikologis yang cukup baik dalam menjalankan tugas perwasitan.

Ditinjau dari gender, baik wasit laki-laki maupun perempuan cenderung memiliki tingkat kecemasan yang rendah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang mencolok antara kedua kelompok dalam menghadapi tekanan pertandingan. Temuan ini mengindikasikan bahwa kemampuan mengelola kecemasan lebih dipengaruhi oleh kompetensi dan pengalaman dibandingkan faktor jenis kelamin.

Ditinjau dari level pertandingan, wasit yang memimpin pertandingan pada level yang lebih tinggi cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah. Wasit yang bertugas pada tingkat nasional menunjukkan kemampuan adaptasi dan pengendalian diri yang lebih baik dibandingkan wasit pada level daerah maupun provinsi. Hal ini menunjukkan bahwa pengalaman dan paparan terhadap pertandingan yang lebih kompetitif berkontribusi terhadap peningkatan kesiapan mental wasit.

Daftar Pustaka

Klatt, S., Bea, L. M., Brückner, S., Jungen, A., Noël, B., & Strauss, B. (2025). Stress and Anxiety Among Elite Volleyball Referees While Officiating. *Journal of Sports Science and Medicine*, 24(1), 160–171. <https://doi.org/10.52082/jssm.2025.160>

Lazarus, R. S. (2000). *How Emotions Influence Performance in Competitive Sports*. Human Kinetics Publishers, Inc.

Lindsay, R., Walton, C. C., Kittel, A., McNeil, D. G., Larkin, P., Spittle, M., & Cosh, S. M. (2025). The Mental Health of Sporting Officials: A Systematic Review and Meta-analysis. In *Sports Medicine* (Vol. 55, Number 12, pp. 3059–3091). Springer Science and Business Media Deutschland GmbH. <https://doi.org/10.1007/s40279-025-02315-1>

Tankeng, L. T., Eyoum, C., Akwa, G. M., Vouomene, R. T., Ngo Bilong, V. A., Dziany, L., Tinkeu, N., & Douryang, M. (2025). Mental health of professional football referees in Cameroon: exploring challenges and developing support interventions. *BMJ Open Sport and Exercise Medicine*, 11(4). <https://doi.org/10.1136/bmjsem-2025-002678>

Tawakal, I. (2020). *Buku Jago Bola Voli Untuk Pemula*. CV Benih Cemerlang Sahabat Mulia Sejahtera.

Tsaniyah, N. S., Nurhadi, Alkatiri, T. M., Priambodo, A., & Widodo, A. (2025). Tingkat Kecemasan Wasit Indonesia Saat Memimpin Pertandingan Sepak Bola. *Indonesian Journal of Kinanthropology (IJOK)*, 5(1), 40–47. <https://doi.org/10.26740/ijok.v5n1.p40-47>

Weinberg, R. S., & Gould, D. (2024). *Foundations of Sport and Exercise Psychology* (Eight).

Yudistira, M., & Decheline, G. (2025). Tingkat Kecemasan (Anxiety) Wasit Bulutangkis Sebelum Dan Saat Memimpin Pertandingan Di Provinsi Jambi. <https://journal.hasbaedukasi.co.id/index.php/jurmie>

Authors Information	
Iqbal Maulana Baharinto (1) Sport Science Department, Universitas Negeri Semarang, Semarang, Indonesia Email: iqbalbaharinto123@student.unnes.ac.id	Khoiril Anam (2) Sport Science Department, Universitas Negeri Semarang, Semarang, Indonesia Email: khoiril.ikor@mail.unnes.ac.id