

Kuisisioner
Sport Competition Anxiety Tes (SCAT)

Berikut adalah pernyataan-pernyataan yang berkaitan dengan kondisi yang anda rasakan sebelum pertandingan. Jawablah sesuai keadaan, perasaan dan pikiranmu sendiri tanpa dipengaruhi siapapun. Jawabanmu akan dijamin kerahasiaannya. Berilah tanda(v) pada kolom yang menjadi jawabanmu.¹

No	Pernyataan	Jarang	Kadang-kadang	Sering
1	Bagi saya, pertandingan melawan tim lain merupakan sesuatu hal yang menyenangkan			
2	Sebelum bertandingan saya selalu merasakan sesuatu hal yang sulit			
3	Sebelum pertandingan saya merasa khawatir tidak dapat menunjukkan penampilan yang baik			
4	Saya merasa sebagai pemain yang baik saat berkompetisi			
5	Saya merasa khawatir membuat kesalahan saat bertanding			
6	Saya merasa tenang sebelum bertanding			
7	Menurut saya, sasaran adalah hal penting dalam pertandingan			
8	Sebelum pertandingan saya merasakan sesuatu yang tidak enak dalam perut			
9	Sesaat menjelang pertandingan detak jantung saya terasa berdetak lebih cepat dibanding biasanya			
10	Saya menyukai pertandingan yang membutuhkan banyak energi fisik			
11	Sebelum pertandingan saya merasa rileks atau santai			
12	Sebelum pertandingan saya merasa tegang/gugup			
13	Bagi saya, olahraga tim lebih menarik dibanding olahraga individu			
14	Saya merasa gugup ketika memulai pertandingan			
15	Sebelum pertandingan saya merasa capek /lelah			

¹Rainners Martens, and robin S Vealey, *Competitive Anxiety in Sport* (United States of America : Anxiety Competitive, 1997).

